

Univerzita Karlova  
Pedagogická fakulta  
Katedra občanské výuky a filosofie

## DIPLOMOVÁ PRÁCE

Daseinsanalýza a filosofie Martina Heideggera  
Daseinsanalysis and the philosophy of Martin Heidegger

Bc. et Bc. Monika Mašková

Vedoucí práce: Mgr. Zbyněk Zicha, Ph.D.

Studijní program: Učitelství pro střední školy

Studijní obor: D - ZSV

Odevzdáním této diplomové práce na téma Daseinsanalýza a filosofie Martina Heideggera potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, 29. listopadu 2021

Ráda bych touto cestou poděkovala Mgr. Zbyňku Zichovi, Ph.D. za vedení práce a podrobné konzultace, které mi byly velmi nápomocné. Dále bych ráda poděkovala své rodině a přátelům, kteří jsou mi i nadále podporou a motivací.

## **ABSTRAKT**

Práce se zabývá *daseinsanalýzou* jako psychoterapeutickým směrem, který vychází (mimo jiné) z filosofie. K tématu je přistupováno ve smyslu péče o duši, která se v evropské tradici objevuje již od Platóna, a právě přesah filosofie do psychologie umožnil vznik *daseinsanalýzy*. Tato práce se soustředí na vzájemné propojení psychologie a filosofie. Na základě probrané literatury je v práci sestaven základ *daseinsanalýzy*, který je stanoven z fenomenologie, filosofie Martina Heideggera a psychoanalýzy. Práce se zabývá reflexí vzniku *daseinsanalýzy* a to konkrétně u Ludwiga Binswanger a Medarda Bosse, jakožto zakladatelů *daseinsanalýzy*. U Ludwiga Binswanger je rozebíráno pojmání svobody, lásky a dalších témat, které byly převzaty a přetrvaly v *daseinsanalýze*. U Medarda Bosse je problematizován vztah s Martinem Heideggerem a jeho zaměření se na výklad snů, kterému se práce věnuje. Dále se v práci stanovují hlavní zásady *daseinsanalýzy*, které se vytvořily v průběhu let v propojení s jejich základy. Mezi hlavní zásady je řazeno umět pracovat s existenciály, pracovat se svobodou a respektující naslouchání a přijímání. To vše tvoří vzájemný vztah mezi pacientem a terapeutem. V neposlední řadě je v práci poukazováno na nedostatky a přednosti směru a možnosti, které přináší terapeutovi a klientovi v jejich společném procesu terapie. *Daseinsanalýza* je směr, který klade vysoké požadavky na terapeuta, a to může být omezující nebo nikam nevedoucí pro její další vývoj a uplatnění. Přesto je to směr, který je zajímavý a může nabídnout jiný přístup práce pro psychoterapeuta.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

Heidegger, *daseinsanalýza*, psychoanalýza, fenomenologie, Boss, Binswanger

## **ABSTRACT**

The thesis deals with daseinsanalysis as a psychotherapeutic direction, which is based (among other things) on philosophy. The topic is approached in the sense of caring of the soul, which has appeared in the European tradition since Plato, and it was the overlap of philosophy into psychology, that gave rise to daseinsanalysis. This thesis focuses on the interconnection of psychology and philosophy. Based on the studied literature, the work contains the basis of daseinsanalysis from phenomenology, philosophy of Martin Heidegger and psychoanalysis. The thesis deals with the reflection of the origin of daseinsanalysis in work of Ludwig Binswanger and Medard Boss, the founders of daseinsanalysis. The work of Ludwig Binswanger discusses the concept of freedom, love and other topics that have been taken over and persisted in daseinsanalysis. This thesis is also about Medard Boss's relationship with Martin Heidegger and his interpretation of dreams, which he focused on. Furthermore, the thesis sets out the main principles of daseinsanalysis, which have developed over the years and link them to their foundations. The main principles include being able to work with existentials, work with freedom and respect for listening and receiving. All these form a mutual relationship between the patient and the therapist. Last but not least, it points out the shortcomings and advantages of this direction and the opportunities it brings to the therapy between the therapist and the client in the process. Daseinsanalysis is a direction that places high demands on the therapist, and it can be limiting (or not leading anywhere) for its further development and application. Nevertheless, it is a direction that is interesting and may offer a different approach to working for a psychotherapist.

## **KEYWORDS**

Heidegger, daseinsanalysis, psychoanalysis, phenomenology, Boss, Binswanger

## Obsah

Úvod .....	7
1 Péče o duši jako filosofický a terapeutický problém .....	9
1.1 Platónské pojetí duše od Patočky .....	10
1.1.1 Podobenství o jeskyni .....	12
1.2 Duše, pravda a terapie .....	14
2 Role fenomenologie, bytí a společnosti .....	16
2.1 Fenomenologie .....	16
2.2 Bytí .....	18
3 Bytí ve světě a pobyt .....	21
3.1 Bytí ke smrti .....	22
3.2 Existenciály .....	23
3.2.1 <i>Bytí v</i> a spolubytí .....	23
3.2.2 Porozumění a naslouchání .....	24
3.2.3 Obstarávání, blízkost a oddalování .....	25
3.2.4 Odemčenost a otevřenost .....	25
3.2.5 Nálada a rozpoložení .....	26
3.2.6 Možnost a smysl .....	26
3.2.7 Řeč .....	27
3.2.8 Svědomí, vina a mlčení .....	27
3.2.9 Úzkost a strach .....	28
3.2.10 Starost .....	28
4 Fundament daseinsanalýzy .....	30
4.1 Vnímání zdraví a nemoci Binswangerem .....	31
4.2 Láska a přátelství .....	36

4.3	Heideggerova vrženost pobytu .....	37
4.4	Psychoterapeutická daseinsanalýza Bosse .....	39
4.5	Freud v souvislostech daseinsanalýzy .....	41
4.6	Terapeut jako básník .....	44
5	Daseinsanalytická psychoterapie v dnešních souvislostech .....	46
5.1	Zásady daseinsanalýzy .....	47
5.2	Zdraví a svoboda .....	50
5.3	Porozumění .....	54
5.4	Řeč .....	54
5.5	Rozhovor a terapeut .....	55
5.6	Skupina a komunita .....	58
5.7	Daseinsanalytický psychoterapeutický výcvik .....	59
5.8	Daseinsanalytický výklad snů .....	59
	Závěr .....	64
	Seznam použitých informačních zdrojů .....	67

## Úvod

Diplomová práce s názvem *Daseinsanalýza a filosofie Martina Heideggera* se věnuje reflexi vlivu tohoto psychotherapeutického směru, který vyplývá z myšlenek Martina Heideggera. Daseinsanalýza je směr, který se hlásí k filosofickému základu, a právě tento směr představuje v této práci ústřední téma. Práce není cílena jen na filosofické počátky, ale zaobírá se i Sigmundem Freudem, jenž byl také inspirací pro vznikající daseinsanalýzu. Tématem práce je, jak bylo zmíněno výše, daseinsanalýza v komplexních souvislostech a mým záměrem je přejít od filosofie ke konkrétnímu využití v praxi – v tomto případě v psychotherapii. Jak může být filosofie součástí psychotherapie?

Cílem této práce je představit daseinsanalýzu a ukázat to, jakým způsobem navazuje na Heideggera. Jak vypadalo formování daseinsanalýzy a co převzala do své teorie a praxe? Co si můžeme představit pod pojmem daseinsanalýza z pohledu psychotherapeutického směru, kde jsou její meze a nástrahy? Je daseinsanalýza směr terapie, který má budoucnost a může být využit v péči o duši? V závěru se pokusím o zhodnocení, zda se daseinsanalýza dokáže pohybovat v rozumějící přiměřenosti pacienta/klienta? Jinými slovy, budu se zabývat otázkou, jak (a jestli vůbec) na základě teorie lze docílit rovnováhy v daseinsanalýze, a jaké požadavky klade na terapeuta a pacienta?

První kapitola této práce se zabývá péčí o duši jako filosofickým a psychotherapeutickým problémem. Stěžejní částí je vyjasnění vnímání filosofie a psychotherapie a jejich vzájemně obohacující vztah. Dále první kapitola řeší péči o duši z perspektivy Jana Patočky a jeho výkladu Platóna. Následně je zmíněna i problematika podobenství o jeskyni, kterou můžeme vnímat jako filosofický námět výchovy a vidět postavu filosofa-učitele. Proč jsem zvolila filosofické pojetí péče o duši? Jako vystudovaný psycholog, kterého studium tlačilo do akademické psychologie, vidím nedostatky ve velkém zanevření na vše, co není statisticky doloženo, protože v praxi tomu může být jinak. Kromě řečeného také kapitola otevírá pohled terapeuta, kterého můžeme rovněž vnímat v duchu Platónova podobenství o jeskyni. Kapitola řeší i jiná témata, která úzce souvisí s fenomenologií a filosofií M. Heideggera.

Druhá kapitola si klade za cíl představit fenomenologii v souvislostech, protože daseinsanalýza hojně pracuje s fenomenologickými pojmy. Fenomenologie zkoumá bytí psychična v podobě čistých fenoménů, nechává věci být takové, jaké jsou, což patří k jedné



ze základních zásad *daseinsanalýzy*. Následně je v kapitole pohlíženo i na problematiku bytí, protože v *daseinsanalytické* terapii je důležité se v tématu bytí a fenomenologie orientovat. Terapeut musí poznat sám sebe a to, jak poznává svět. Musí rozeznat svobodné rozhodování a nazřít smysl, aby pacientovi mohl být nápomocen v tomto směru.

Samotné filosofii M. Heideggera se věnuje následující kapitola, která představuje důležité pojmy, které jsou poté vztažené k *daseinsanalýze*. Důležité je zde téma pobytu (*dasein*) a bytí ve světě. Tomu už nějak rozumíme, Heidegger přebírá ideje fenomenologie a vkládá je do svých představ. Dále kapitola nastiňuje existenciály, které jsou zmíněné Heideggerem v díle *Bytí a čas*. Existenciály tvoří základ pro *daseinsanalytickou* psychoterapii a terapeut s nimi musí umět pracovat.

Konkrétní fundament *daseinsanalýzy* je rozebrán ve čtvrté kapitole. Kapitola je věnovaná L. Binswangerovi jakožto otci zakladateli psychiatrické *daseinsanalýzy* a jeho novým pohledům na zdraví, nemoc, lásku a přátelství - to vše ve vztahu k M. Heideggerovi. Další část je věnována zakladateli psychoterapeutické *daseinsanalýzy*, M. Bossovi. Tento směr se ještě více věnuje zakomponování filosofie M. Heideggera. Kapitola si všímá i vlivu S. Freuda, ze kterého *daseinsanalýza* také převzala. V neposlední řadě je rozvinuta představa *daseinsanalytického* terapeuta, které se však více věnuje závěrečná kapitola.

Poslední kapitola je věnovaná zásadám *daseinsanalýzy* jako směru, který vychází z faktu bytí ve světě a analyzuje prožívání člověka. Popisuje tento „laskavý“ směr, který přistupuje k člověku jako k jedinečné a neopakovatelné osobnosti. Zaobírá se myšlenkou zdraví a nemoci ve vztahu ke svému základu. Více rozebírá postavu terapeuta a jeho úlohu v terapii a neopomíjí ani *daseinsanalytický* výklad snů, jeho význam a vztah k dalším způsobům výkladu.

Téma jsem si vybrala, protože mi *daseinsanalýza* přišla ze všech psychoterapeutických směrů nejvíc opřena o filosofii a chtěla jsem ji více pochopit. V tomto případě mi přijde užitečné vidět filosofii v konkrétním použití, ale jak toho docílit mi zřejmě nebylo.

V práci cituji dle pravidel APA (2020).

## 1 Péče o duši jako filosofický a terapeutický problém

Než přistoupím k daseinsanalýze a jejím novodobějším základům, na kterých byla vybudována, je potřeba nastínit i problematiku péče o duši či starost o duši. Nejedná se jen o filosofický problém, ale týká se i terapie. Základem každé terapie je rozumění světa a sebe samého. K tomu může vést pohyb duše.

Tématu v této kapitole se budu věnovat zejména v souvislosti s filosofií Platóna a Jana Patočky. První počátky péče o duši se objevuje u Platóna, a proto se v této kapitole budu zabývat Platónem. Patočku volím v souvislosti s fenomenologií, která zanechala vliv na formování daseinsanalýzy. Problematice fenomenologie se věnuji v následující kapitole.

Péči o duši můžeme rozumět psychoterapeuticky. Domnívám se, že terapeut vycházející z filosofických základů může terapii posunout na jinou úroveň, která s sebou nese výhody a nevýhody. Duši, na základě filosofie Platóna a Patočky, vnímám jako pohyb, který se vztahuje k celku.

Proč si myslím, že je důležité nezapomínat na filosofické pojetí péče o duši? Psychologie dává smysl s filosofií. Tuto tezi zastává i Adler (2020) v první polovině 20. století, jeden z nejznámějších psychologů i v současnosti. Psychologie a zejména psychoterapie by se této teze měla držet a neměla by se od ní odklánět. To je stanovisko, ke kterému se přikláním. Psychoterapeutická pomoc a práce by měla být (do určité roviny) založena na filosofických základech. Jen přes porozumění je terapeut schopen naslouchat a adekvátně reagovat na člověka při jejich vzájemném setkávání se (to samé platí i u učitele). K tomu porozumění můžeme dojít přes filosofii. Psychoterapie ‚nevyužívá‘ filosofii, ale inspiruje se v ní a rozšiřuje jí.

Péče o duši je centrem filosofie zejména proto, že duši lze pochopit, jen pokud o ni pečujeme. Péče se děje skrze otázky – tázáním. Má formu zkoumajícího rozhovoru, který se uskutečňuje mezi dvěma osobami či uvnitř duše. V tomto rozhovoru je potřeba nechat svá tvrzení zproblematizovat (Patočka, 1999). Toto pojetí péče o duši říká, že jedna z forem je dialog. Postupně uvidíme, že dialog je hlavní metoda i v daseinsanalýze.

Starost o duši je také součástí výchovy. Naše potřeba si nějak sebezrozumět je důkazem starosti o duši a její účelnosti. To je předpoklad psychoterapie. Člověk dokáže

nahlédnout sám sebe, což je cesta k autenticitě, kterou v této práci budu velmi zmiňovat v souvislosti s daseinsanalýzou. Terapie je neopakovatelným procesem, kde se za přítomnosti dalšího člověka či skupiny lidí tvoří určitý pohyb jedince a ostatní ho doprovází k jeho neskrytosti.

## 1.1 Platónské pojetí duše od Patočky

V evropském prostoru princip péče o duši zaznamenal Platón, který problematice rozumí jako pohybu. Jeho nauka o duši je naukou o určitých jevech, fenoménech, ke kterým se můžeme dostat. Za náš život zodpovídá duše a ta charakterizuje člověka. Tato péče znamená pečovat i o sebe. V Platónově učení péče o duši tvoří celek bytí, stát a sebeovládnutí sama sebe (Patočka, 1999; Patočka, 2012). Neznamená to konkrétní rady a návody, ale je to starání se o své psychické, tělesné - a i sociální já, na které nesmíme zapomínat. Jaký zaujmeme postoj k sobě a ke světu? Patočka a Platón duši zviditelňuje s pohybem, ale třeba M. Foucault dává důraz na péči o sebe, o vlastní život. Já není princip lidského života, ale je to dosažení, o které se má starat (Ritter, 2017).

Platónovo učení stanovuje tři hlediska péče o duši. Péče o duši v jejím obecném projevu, péče o duši v rámci obce, péče o duši jako její vnitřní život. Patočka to vykládal tak, že o duši se přesvědčí ten, který vykročí proti proudu. Takový jedinec pozná zkušenost o duši a pozná bytí (Patočka, 1999). Tento akt si žádá odvahy. Ale uvidíme, že Patočka do svého výkladu zakombinoval zejména svoji životní situaci, ve které se nacházel.

Krom Platóna a Patočky můžeme zmínit výklad duše od Démokrita. Démokritos pojímal duši se zaměřením na odhalení věcí. Jeho starost o duši je způsobena pochopením důvodů, dostání se k příčinám, k základům. Oproti tomu právě Platónova starost o duši je provázána poznáváním a myšlením. Skrze starost o duši mohu porozumět duši samotné a toho docílím cestou filosofie. Filosofie je cesta pro starost o duši (Patočka, 1999).

Dále Patočka vykládá Platóna tak, že duše je to, co se samo uvádí do pohybu. Platónská péče o duši se projevuje ve vztahu duše k sobě samé, tedy v jejím sebepoznání. Duše sebe uvádí do dvou možností. Buď se nachází v úpadku nebo ve zdvihu. V tom druhém pohybu žije v pravdě (Blecha, 2015; Cajthaml, 2010).

Duše je brána jako spravedlivá, dělá to, co je jí přisouzeno a je tím vázána. Existence duše je spjata s dobrem, a tedy i její základní pohyb je pohyb k dobru. (Patočka, 1999). Tím přesahuje péče o duši základní starost jen o jedince a její přesah je až do starání se o společnost a společenství. To vede k pozdějšímu výkladu Patočky.

Se spravedlností je spojeno i dobro. Dobré je to, co vede k idejím, co je pramen světla. V Platónově filosofii je ústředním tématem předpověď světla – je to rozhodnutí se pro světlo. V jeho podání je dobro srovnáváno se Sluncem. Ideje nám dovolují dělat soudy o sobě samých a o věcech našeho okolí. Pravda se nám otevírá skrze dobro. Ten, kdo je ochoten sám sebe vydat přezkoumávání a problematizaci, je odvážný člověk. Platón říká, že odvážní a duchovní lidé se vyznačují hrdinstvím, které je pro ně dosažitelné. Takového středu lze dosáhnout (Patočka, 1999; Platón, 2017).

Pohyb duše, který je v pravdě, vede k idejím, k nesmrtelnosti. Duše je pohyb, pramen pohyblivosti. Je to pramen veškerého pohybu na celém světě. Nemůže přestat s tímto pohybem - je nesmrtelná (Patočka, 1999).

S čím ale nejvíce Platón spojuje péči o duši je stát. Na základě osudu Sókrata ukazuje, že péče o duši může být životu nebezpečná, protože filosof spoluobčanům dává sebeobraz, jací ve skutečnosti jsou (Cajthaml, 2010; Patočka, 1999).

Pohyb duše se děje mezi tělesným a netělesným a má sklony připadat na jednu stranu. Duši lze porozumět, pokud je naše bytí ne-tělesné. Lze ji objevit, pokud skoncujeme s dosavadním chápáním reality. Duše v tělesném se vyznačuje propadáváním se k tělesnosti a vše v ní se stává tělesným, převládá v ní. Myšlení ustupuje a je méněcenné, stává se nemožným pochopit onu čistou oblast (Patočka, 1999).

Pro péči o duši je potřeba pečovat i o tělo. Zdravá duše je jediná možnost pro pravého soudce. O tělo je potřeba pečovat za všech možných stavů. Nezáleží, jestli je zdravé nebo nemocné. O nemocné tělo má pečovat zdravá duše (Patočka, 1999).

Duše se nenachází ve světě *doxá*. Může mu být vydána. Duše má své místo zejména v tázání. Pečuje o sebe v pohybu od neurčitého k ohraničenému. To je pohyb filosofie (Patočka, 1999). Člověk má směřovat k tomu čistému, pravému.

Starost o duši nepobývá jen ve světě *doxá*, ale je i jednotným ideálem. Je neustále na hranici opačných pólů. Duše v *doxá* je ta, která je duší každodenního zacházení. Je to neurčitá bezprostřednost (Patočka, 1999).

V duši člověka a na jejím základě se odehrává postup míry, meze a jak bude využita. Platónský výklad duše rozumí duši po stránce principu slasti a po stránce principu poznání. V nás je ovšem mez či míra, která je hranicí pro princip slasti. Existuje mezi nimi spojení a ideální míra představuje lidský život *v prvotně chaotické a neztvárněné podobě* (Patočka, 1999).

Jak jsme si už ukázali, pro Platóna je ústřední otázkou filosofie péče o duši, jak žít. Duše je samovolný pohyb, který se nachází mezi čistou oblastí a neurčitou oblastí. Tento duševní pohyb jde skrze objevování sebe sama a zahalování sebe sama (Patočka, 1999). Takto vykládal a rozuměl Patočka Platónově výkladu, který se stal jeho hlavním vnímáním pro chápání základu Evropy a jemu vlastního postoje ke světu.

Ve svých pozdějších pracích píše Patočka o sókratovsko-platónské péči o duši. To je pro něho duchovní základ Evropy. Tuto problematiku dává do souvislosti s problematikou pravého lidského bytí. Přešel tak od pojetí člověka jako bytosti pravdy, která se ujímá mravní povinnosti žít v pravdě (Cajthaml, 2010).

### **1.1.1 Podobenství o jeskyni**

V Ústavě můžeme pochopit pravou filosofii Platóna - je to obrat duše do světa (Platón, 2017). Tento obrat se děje vystoupením z jeskyně.

Platón (2017) uvádí se podobenství o jeskyni jako prostor, kde se nacházejí lidé. K jeskyni existuje vchod, který je obyvatelům jeskyně skryt. Lidé se v jeskyni nacházejí od dětství. Jsou upoutáni na stejném místě a mohou hledět jen vpřed. Za nimi hoří plamen, který před ně hází stíny. Lidé vidí jen to nereálné a domnívají se, že tyto stíny jsou pravda.

Náhle se jeden z nich osvobodí, vstane, otočí hlavou a vydá se ke světlu. Tato cesta je pro něj velmi bolestivá. Oči mu zaplňuje světlo. Najednou začne rozumět, že celou dobu viděl jen stíny těch věcí. Neviděl to pravé. Tomu se špatně uvěří a jeho přivyknutí trvá. Dostane se na čiré světlo, je vyvlečen. I přes to, že se vzpouzí, pokračuje ke světlu. Nejdříve

si jeho oči musí navyknout na to světlo. Rozkukává se, hledí na stíny a až nakonec na reálné osoby a věci. Poslední spatří Slunce. Pochopí jeho význam, jeho vliv.

Tu si vzpomene na své blízké z jeskyně. Ti se pro něho stávají cizími. Lituje je, necítí se být jedním z nich. Sebe považuje za šťastného, že mohl spatřit světlo. Najednou pro něho přichází další šok – jeho návrat do jeskyně. Opět si musí přivykat – tentokrát na tmu. Za to může shledat výsměch od svých druhů. Po spatření světla se velmi těžko vrací do tmy, stává se pro něj nemožným si přivyknout na tmu.

Pokud se daný jedinec rozhodne v dobré víře, že ostatní vysvobodí a vyvede ven na světlo stůj co stůj, zažije krutou ránu. Platón říká, že takového jedince zabijí. To je chyba, které se dopustil Sokrates. Neuváženými kroky se snažil společnost vzdělat, ta na to ovšem nebyla připravena. Patočka (2012) to nazývá nucením - „*vyvést je z jeskyně i přes odpor a nepřipravenost*“. V jeho výkladu zaznívá, že lidský život je řízen jeskyní. Buď je jeskyní fascinován a připoután nebo si zvolí cestu vystoupí z jeskyně a proniká do poznání. Nauka o duši je jedinou možností k nauce o výchově!

Ovšem Šíp (2020) hovoří o tom, že pro Platóna je vzdělání obratem k věcem pravdy, ale k tomuto obratu je nutné násilí. Vězen je osvobozen z pout, donucen vstát a vyjít na světlo. Vzdělání je tedy obratem, ale i násilím. Jako původce tohoto násilí vidí Šíp v učitel-filozofovi. Násilí pak proniká do vzdělávacího procesu.

Podobenství o jeskyni nemusí být vztaženo jen k výchově, ale také k psychoterapii. Terapeut by měl být vždy o krok napřed, jako v jeskyni ten, kdo poznal a musel se navrátit, učitel-filosof. Zároveň nemůže přesvědčovat dotyčného o svém pohledu a pravdě. Tím by terapii ukončil a zejména důvěru pacienta a jakýkoli jeho posun.

Násilí, o kterém hovoří Šíp, by nemělo být přítomno v terapii a pokud je, mění to celé naše vnímání terapie. Při Šípově výkladu se otevírá problematické téma, které se snaží psychoterapie podchytit – možnost indoktrinace klienta a manipulace s ním a jeho rozhodnutími. I přes to, že si terapeut myslí, že tak činí správně a může se mu to podařit, je to něco, čeho by se neměl dopouštět a měl by klientovi umožnit samostatnou cestu k poznání, na které ho bude doprovázet. Umožní tak spatřit to pravé a přistoupit blíže ke světlu na základě svých možností.

## 1.2 Duše, pravda a terapie

Pojem péče o duši je ve 20. století vlastní zejména Patočkovi (Ritter, 2017). U Patočky (1999) je péče o duši spojena s určitým poznáváním. Péči o duši můžeme poznávat a není myšleno přírodovědecké poznání. Přírodní vědy mají jiné chápání pravdy, omylu a smyslu oproti terapii. V terapii jde o poznání světa a zejména sebe sama.

Myšlení je také spojeno s duší, odehrává se v ní a upevňuje si ji. Zároveň je opřeno o pravdu (Michálek, 1996). Co je vlastní duši je dosahování pravdy. Jí se ukazují věci tak, jak jsou. Je ale těžké udržet si vlastní duši v době, když se nachází pod tlakem, mocí a lhostejností společnosti. Patočka (1999) říká, že ten, kdo má duši, vidí smysl ve druhém v jeho potřebnosti. Z této myšlenky je zřejmé, že Patočka vychází zejména z doby, ve které žil. Duši a starost o ní spojuje se staráním se o obec, stát, ve kterém se nachází. To vidíme i na vnímání dobra. To je vlastní člověku a umožňuje ho lidská odvaha a vůle odporovat. Morální hodnoty jsou možné v případě, že člověk má možnost se obhájit, to dává předpoklad pro mravní prozření. V terapii ale nastavení vidění smyslu ve druhém a v jeho potřebnosti považují za zásadní. Umožňuje to vytvoření vzájemné důvěry a pocitu bezpečí, bez kterého žádná autentická terapie není možná.

Důležité je zmínit již teď v péči o duši řeč. Řeč je způsob, jak přejít k péči o duši. Řeč a její zkoumání vede k péči o duši a proměňuje nás (Patočka, 1999).

Péče o duši není spojena jen s nepolapitelnou existenciální, ale je to celoživotní postup spjat s fyzickým a vztahem ke světu a ve světě. Vztah, na kterém se podílí úzkost, starost a nedílnou účast má hlas svědomí. Dle Oliveria (2020) je péče o duši celoživotní bádání a snaha o vhled do pravdy.

K péči o duši řadí Patočka (1996) důležité pojmy – starost a svědomí. Starost Patočka pojímá jako stavbu existence a je to něco v nás, co se zmohlo o to, abychom mohli. Je to taktičnost. Svědomí popisuje jako výzvu pochopit se, že jsem vinným, přiznat si tento fakt. Promlouvá k nám z hloubky naší možnosti. Právě vina je to, co má podíl na existenci morálního vědomí. Je to negativní strana, která nelze odstranit a my ji nemůžeme ovládnout. Právě abychom pochopili tuto naši zápornou stranu, je tady hlas svědomí, který nás k tomu vede. V Patočkově pojetí je zřejmý vliv od Husserla a Heideggera. Pojmům starost a

svědomí se ve filosofii Heideggera budu věnovat. Zároveň starost a svědomí nejsou pojmy jen Heideggera. Ve své teorii s nimi operacionalizuje i *daseinsanalýza*. Což je pro nás jen dalším základem, ze kterého se utvářela.

Patočka (1999) vidí předpoklad psychologie jako myšlenku měření, která odkrývá reálné poměry stavu věcí. V porovnání s Adlerovým chápáním - filosofie jako základ pro psychologii - můžeme vidět shodu. Filosofie je základ pro psychologii a jen na jejím základě můžeme chápat péči o duši jako takovou. Psychoterapie inspirující se ve filosofii má mimořádnou možnost. Zároveň však nemůže stavět jen na tom, ale musí zakomponovat i zkušenost, teorii a výzkumy, které tak přinášejí celostní přístup.



## 2 Role fenomenologie, bytí a společnosti

V této kapitole se zabývám fenomenologií a otázkou bytí. A to proto, že nejen daseinsanalýza, ale i filosofie M. Heideggera má ve své práci zakombinovaná tyto témata a více je rozvíjí. Protože s nimi daseinsanalýza pracuje, považuji za důležité je zprvu rozebrat.

### 2.1 Fenomenologie

Pojem fenomenologie můžeme chápat (v návaznosti na Husserla (2001) jako filosofický a myšlenkový postoj. Fenomenologie je možnost, jak se dostat k věcem, které se ukazují. Je to způsob, jak můžeme popsat své chápání a rozumění sobě samotnému. Husserl se zabýval tím, že se nám věci ukazují a jak to jejich ukazování probíhá. Věci se nám ukazují a ukazuje se nám jejich záměr, smysl. Husserl poukazoval na naši existenci i v oblasti porozumění (Frank, 2021; Patočka, 1999). Porozumění je jednou ze zásad daseinsanalýzy, kterými se zaobírá. Daseinsanalytik vede klienta k tomu, aby sám porozuměl věcem, které se mu ukazují. Aby jim rozuměl, tak jak jsou.

Husserl hovoří o světě našeho života, Lebenswelt. To je svět přirozené zkušenosti a prožívání. Přirozený svět je ten, který existuje před objevením problémového charakteru. Odkrývá se aletheia, tedy to neskryté. Pravda nemusí být vše, co je vysloveno. Pravdy se musí dopátrat (Husserl, 1972; Husserl, 2004; Oliverio, 2020). Daseinsanalytici v terapii berou za pravdivé vše, co klient vysloví. Ale je nutné chápat, že pravdou myslí názory klientů, na které dávají adekvátní emoční reakci a tím vytváří otevřenost.

Přirozený svět se nám jeví přes ideje. Máme přístup k danému světu a své přirozeně dané duši. Péče o duši určuje i rozvržení státu (Patočka, 1999). Nelze se vypořádat s tím, že přirozený svět jsou jen smysly, protože ne všechny jevy jsou fenomény a nemají sílu eidetického. Ostatně v terapii nejde o to brát vše, jak je a nic s tím nedělat, to je špatný výklad.

Fenomenologie do svého zájmu zahrnuje zejména vědomí. Vědomí je vědomím něčeho. Je to intencionalita, kde jsme my. Husserl se snažil o postihnutí věcí přirozeným vnímáním. Jít k věcem samotným. My jsme vždy ve vztahu s věcmi v tomto světě. Tento vztah se vytváří tak, že se nám věci ukazují (Husserl, 2004). Člověk musí zůstat v otevřenosti. Veškeré poznání vychází z přirozené zkušenosti vztahu s věcmi tohoto světa.

Dalším Husserlovým výrazem je již zmíněná intencionalita. To je výraz proto, že jsem ve světě vždy ve vztahu k ostatním i sami k sobě. Jsme spjatí se světem. Intencionalita nás vede k porozumění a naplnění smyslu. Intencionalita je obsahem všeho. U člověka má zvláštní případ, protože člověk může nahlížet na sebe samého, a i na svoji intencionalitu. Husserl (2004) se domníval, že jen člověku je vlastní to, že může lhát, protože dokáže vnímat to, že řeč je řečí jeho samotného. Avšak modernější výzkumy (Harari, 2018) ukazují, že i zvířata jsou schopna zalhat, aby získala potravu.

Člověk na světě zastává většinou postoj jednoduchý, kdy bere automaticky vše kolem sebe. Jedná se o přirozený postoj ducha. To je stav, kdy hledíme k věcem, které nám jsou zjeveny. K němu do protikladu dáváme postoj filosofický. Tato potřeba samozřejmosti musí být prolomená a ukázat, že je jen zdánlivá. Přirozenému myšlení není upředena možnost poznání, je její samozřejmostí. Veškeré naše prožitky se mohou stát čistým prozřením skrze absolutní danost (Husserl, 2001; Patočka, 1996).

Jako možnost prolomit tuto samozřejmost může vystupovat terapie. V jejím procesu (v *daseinsanalýze*) se klientovi terapeut snaží zpřítomnit to, co se mu jeví a nijak to neredukovat a ani nenacházet skryté dvojsmysly za tím, co se nám zjevuje. Patočka (2001) míní, že k ukazování věcí dojdeme tím, že tyto věci zkoumáme s ohledem na to, že je necháme ukazovat tak, jak se ukazují.

Přes vyvracení domnělého nelze dojít ke zjištění, co je dobré. Ovšem přes to poznáváme lidi, jací doopravdy jsou. To vede k sebeodhalení sama sebe, a i k odhalení druhých. Proto Patočka (1999) dodává, že starat se o duši můžeme přes starost o sebe. A to právě v rámci společnosti.

Husserlova fenomenologie má za cíl zkoumat bytí psychična v podobě čistých fenoménů a nezaměřovat se na samotné psychično (Patočka, 2001). Z toho tvrzení vyplývá, že otázka psychiky člověka je vždy spojena s jeho bytím a nelze ji oddělit. Stejně jako nelze zdravotní stav dělit na fyzický a psychický. V tomto duchu Patočka (1996) dává filosofii zřetelný cíl – porozumět smyslu slova „bytí“. Otázce po bytí rozumím právě v kontextu péče o duši.

## 2.2 Bytí

Otázka bytí je jedna z hlavních v dějinách filosofie. O její znovu položení se snažil Heidegger, což vedlo ke vzniku rozdílu mezi jsoucím a bytím. Tomu se budu více věnovat v kapitole o filosofii M. Heideggera. Filosofie existence, která není pouze otázkou ontickou, ale i ontologickou, je pak jednou z dominant heideggerovské filosofie (Patočka, 1996). Ptá se po povaze samého bytí. Ty hlavní otázky můžeme klást jen na základě naší existence.

U Patočky (1999) je lidské bytí nutně spojeno se státem. Hlavní náplní Evropy je starost o duši. Je to tedy něco společného dané společností a neodráží se to v individualitě. Realizace ducha je spojena se společností. Neuznává nic mimo sebe a představuje tak absolutní nezávislost. Skrze stát realizujeme kolektivního ducha. Ten formuje i naši individualitu a nelze pracovat na sobě bez začlenění společnosti.

Bytí musíme nějak chápat, rozumět mu. Právě jsoucno přikládáme bytí. Bytí je nám to nejbližší, a přitom nejvíc vzdálené. Blížkost je to, co nám brání v ptaní se na něj (Patočka, 1996). Základem ontologické diferenciaci u Heideggera je, že spolubytí je vztah mezi terapeutem a klientem. I přes své spolubytí má ale každý svůj vlastní osud.

Život se děje ke vztahu k věcem určitým a mimo něj. Dělíme dva životy – pravý a upadlý. Obracením k čistému tvoříme život pravý. Život upadlý se obrací k tomu, co není čistě (Patočka, 2012). Člověk má usilovat o život pravý, o to čisté. Toho může docílit staráním se o sebe, své svědomí a svoji duši. To souvisí s autenticitou.

Bytí je starostí. Ta může být autentická a neautentická. Lebenswelt je světem našeho života, kde dochází k autentickému střetnutí u věcí samotných. Autenticita znamená, že do zkušenosti, kterou prožíváme, nic nepřidáváme. Prožíváme vztah v tu chvíli tak, jak je. To je důležitý moment pro terapii, kdy se člověk odkrývá. Pravda je předpoklad k tomu, aby nastal dialog.

Klient se v bezpečné atmosféře může otevřít a nastane autenticita. K té běžně nedochází. Člověk sám sebe nevidí takový, jaký je a má tendenci se bránit svým úzkostem (Patočka, 1992).

Bytí je předpoklad k tomu si uvědomovat a být si vědom. Jen této konečné bytosti se toto může zobrazovat. Nebytí je pak spjaté s neukázněností a nevázaností v životě. Pro

každého jedince je stěžejní nalezení místa. Tento pojem definuje pojmy blízkost a vzdálenost. To jsou životní určení (Patočka, 1996; Patočka, 1999). Někdo žijící po mém boku se může stát osobou pro mě naprosto vzdálenou a člověk na druhé straně světa je mi bližší než kdokoli jiný. To, co je nám blízké nám může být přes tuto blízkost velmi dobře skryto a tím se pro nás stává vzdálené. Definováním zjevných pojmů se zabývala fenomenologie už za Husserla. Blízkost pro každého jedince představuje něco jiného.

Ten, kdo našel vlastní centrum, místo, může skrze trpělivost a nestrženost dojít k duchovnosti. V tom je řešení, jak usmířit pluralitu substancí. Bez vzniku ochuzení či skepse (Patočka, 1999). Jak už jsem zmínila v předešlé kapitole, terapie může být nebezpečná v tom, že daného člověka indoktrinuje, jeho vnímání světa a prožívání. Přirozená psychoterapie vychází z filosofie, z toho, jak je člověk ve světě. Roli hraje i zkušenost s klienty.

Dalším důležitým jevem v souvislosti s bytím je otevřenost. Ta je dle Patočky (1996) základem našeho chování a života. K tomu řadím i fenomén svobody, který je nedílnou součástí života a bude mu věnována pozornost. Otevřenost je pro daseinsanalytickou psychoterapii nesmírně důležitá a svoboda daného jedince je cílem této terapie.

Dlouhou dobu se do utopických představ začleňovaly slast a touha po lidské nesmrtnosti v propojení s bytím. Ale to už není časté. Ani zaměňování slasti za štěstí v rovině sexuálních tabu (Patočka, 1999). V této otázce si ovšem myslím, že patří do morálních problémů naší doby. Pleteme si lásku se slastí. Stejně tak otázka vyrovnání se se smrtí, která se stala pro člověka odsunutým problémem, neviditelným. Smysl se odsouvá od společnosti a směřuje na individuální potřeby jedince.

Konečnost je něco, co lidské bytí definuje a s čím nedokáže vyhrát. Zároveň je to jeho předností, která může být proměněna v základnu, na které bude formulovat problém a jeho řešení poevropského lidstva. To je otevřená duše a její pojetí konečnosti. Ukazuje člověku, že ke své existenci nesmí přistupovat jako k věci, ale že lidské bytí je potřeba neustále vytvářet. Slovy Patočky je třeba *nést, nasadit, vzdát a vydat* (Patočka, 1999).

Pro daseinsanalytika je důležité, aby téma bytí a fenomenologie dobře ovládal. V terapii musí vnímat, kdy člověk žije svobodně, a kdy ne. Musí vnímat jeho potenciál. Vztah

terapeuta a klienta není přeneseným vztahem, ale vztahem původním. Klient se musí otevřít, aby bylo možné nazřít smysl. Člověk musí poznat sám sebe a to, jak poznává svět. Pak může činit svobodné kroky a poznávat novou zkušenost.

### 3 Bytí ve světě a pobyt

Filozofie M. Heideggera je nedílnou součástí *daseinsanalýzy*. Heidegger (1994) mimo jiné vychází z fenomenologie která je pro něj důležitá. Pro něho je to jediný způsob, jak je možná ontologie, jen jako fenomenologie. Proto se základy fenomenologie a fenomenologický přístup objevují i v *daseinsanalýze*. Samotný název ‚*daseinsanalýza*‘ poukazuje vliv Heideggera. V názvu zaznívá pojem DASEIN, který je vlastní Heideggerovi. DASEIN (či pobyt) je *jsoucno*, které má oproti jiným *jsoucňům* význačné postavení. Jsme takovým *jsoucnem*, kterému jde o něj samotné v jeho bytí a předem mu už nějak rozumí. Člověk dokáže rozumět tomu, co je, s čím se střetává. Pobyt sobě samému rozumí jen ze své vlastní existence.

Bytí pobytu má strukturu, kterou tvoří odemčenost, vrženost, rozvrh a upadání. Vrženost je význačná tím, že pobyt je vždy v určitém světě. Mluvíme tedy o bytí ve světě (Heidegger, 2018).

Člověk je svobodný. Naší svobodou je vrhnout se do světa a zvolit si svůj rozvrh. Svoboda nám dává možnosti a my z nich můžeme volit a naplňovat možnost být sami sebou. Být sám sebou vyjasňuje i rozumění nemoci, kterou převzali *daseinsanalytici*. Heidegger vykládá bytí u naší každodennosti oproti Husserlovi a teoretickému výkladu.

Pobyt má dvojí přednost – ontickou a ontologickou. Ontickou přednost můžeme rozumět jako *jsoucno* ve svém bytí, jež je určeno existencí. Jedná se o praktický horizont. Ontologickým tázáním se obracíme na pobyt a jedná se o podstatu bytí. Z těchto dvou předností plyne třetí přednost onticko-ontologická. Pobyt je takové *jsoucno*, na které se obracíme otázkou po smyslu bytí a vztahuje se k tomu, po čem se ptáme. Úkol existenciální analýzy *dasein* je předepsán s ohledem na jeho možnosti a nezbytnost v ontické konstituci *dasein* (Heidegger, 1994; Heidegger, 2018).

Bytí je samozřejmý pojem, který je těžce definovatelný. Smysl bytí je zahalen i přesto, že žijeme už v jeho určitém porozumění. Heidegger (2018) říká, že je potřeba otázku po smyslu bytí znovu položit. Otázka po bytí je neurčitá a chybí na ní odpověď. Proto Heidegger zamýšlí obnovit otázku po bytí a lépe formulovat vyslovení fundamentální otázky, které

musí odpovídat přiměřená jasnost. Ontologické tázání je původnější, ale musí se zaobírat smyslem po bytí.

S tázáním po bytí je spjaté tázání po alétheia, kterou můžeme vidět jako horizont, který nám zpřístupňuje jsoucí přes neskrytost. Filosofie je spjatá s pravdou. Taková filosofie je trvalá, vzniklá ve své době (Biemel, 1995; Dubský, 1997).

Tázání je spojeno s hledáním, které postupně vede k hledanému. Tázání nemusí položit explicitní otázku, může ji jenom nadhodit nebo se ptát explicitně (Heidegger, 2018). Tázání je jedním z ústředních témat samotné daseinsanalýzy, kdy v rozhovoru dochází k tázání ať už konkrétními či obecnými otázkami.

Dasein už nějak rozumíme. V něm je uložené existenciální napětí a dokáže vyjasnit život tak, aby byl smysluplný. Bytí znamená, že jsme a toto naše bytí, náš pobyt, je myslitelný jen ve světě. Vztahy jsou základem. Pobyt je nutně spjat s druhými. Naše bytí není osamoceným bytím, ale je to bytí vztahu. Proto návrat k bytí je návratem k sobě samému. Člověk vyvstává sám ze sebe, aby se mohl zahlédnout. V tom (mimo jiné) spočívá daseinsanalýza.

Porozumění sobě samému je existenciální – provádí nás. K pobytu patří bytí v nějakém světě. Jestliže má být základní otázkou bytí, musí být otázka položena tak, aby byla dobře srozumitelná a pochopitelná. Explicitní a srozumitelná otázka po smyslu bytí vyžaduje předem dané vysvětlení dasein s ohledem na bytí (Heidegger, 1994; Heidegger, 2018).

### **3.1 Bytí ke smrti**

Bytí ve světě ukončuje smrt, je to konec moci být. Základ existencialisty pobytu je vymezená časovost. Tam, kde končí jsoucno jako pobyt, začíná jsoucno jako výskyt. Proto je bytí ke smrti to nejvlastnější k moci být. Je to nejvlastnější možnost pobytu, možnost, která je člověku jistá. Bytí ke smrti je zakotveno ve starosti (Heidegger, 2018).

Smrt je na pozadí naší existence. Ukazuje na naši časovost a to, že jsme bytostmi s koncem. Bytí ke smrti nám ozřejmuje otázku být sám sebou jako autentická bytost.

Uhýbání před smrtí je neautentické bytí ke smrti. Oproti tomu autentické bytí ke smrti je pro pobyt existenciální možností. A právě časovost se odhaluje jako smysl autentické starosti (Biemel, 1995; Heidegger, 2018).

## 3.2 Existenciály

Lidskou existenci určují struktury, existenciály. Strukturu světa tvoří významnost, což je to, v čem pobyt je (Biemel, 1995; Heidegger, 2018). Není dán přesný výčet existenciál. Heidegger je ve své práci jen nastínil. V daseinsanalytické terapii se jako existenciála může objevit cokoli, nejen to, co zmínil Heidegger. V této kapitole se budu věnovat těm, které zmiňuje a které mohou být využity v daseinsanalytické terapii. Například empatii a poznání Heidegger nepovažuje za původní existenciální fenomén. Proto empatii a poznání zpochybňuje a kritizuje i daseinsanalýza, ale pro další terapeutické směry může být zásadní.

Existenciály jsou možnosti, jak se inspirovat v problémech temporality. V terapii mohou být nápomocné pro orientaci v tom, co nechá pacient vyjevit ze svého života.

### 3.2.1 Bytí v a spolubytí

Člověk své bytí ve světě stanovuje otázkou, co znamená svět, kdo je, co znamená bytí v. Právě pod poslední bod spadají existenciály. Existenciál *bytí v* lze chápat ve smyslu *obeznámenosti s*. *Bytí ve* patří k pobytu jako existenciál ve smyslu otevírání se světu (Biemel, 1995; Heidegger, 2018).

Bytí je spolubytí s druhými. „*Bytí k druhému je nejen samostatný, neredukovatelný bytostný vztah, nýbrž jakožto spolubytí je jsoucí zároveň s bytím pobytu. Nelze popřít, že živoucí vzájemná obeznámenost založená na spolubytí je často závislá na tom, jak dalece vždy vlastní pobyt porozuměl sám sobě; to však jen znamená, jak dalece se stalo průhledným a nezastřeným bytostné spolubytí s druhými, což je možné jen tehdy, jestliže pobyt jakožto ‚bytí ve světě‘ jest již vždy s druhými.*“ (Heidegger, 2018). Naše bytí je vždy spolubytím. Staráme se o sebe, staráme se i o vztahy s druhými. Spolubytí s druhými je neustálé. Může být přítomno v myšlenkách či vzpomínkách. Spolubytí je někdy vykládáno jako jeden z existenciál.

Z toho je nejjasnější základ daseinsanalytické skupinově-komunitní terapie. Nelze člověka léčit osamoceně, protože je součástí společnosti a žije s druhými a ty formují jeho



bytí. Léčba je možností pro nápravu vztahů a navrácení člověka k sobě samému. Člověk neléčí jen sebe, ale i své vztahy.

*Každodenní pobyt je sebou v modu neurčitého ‚ono se‘, což rozlišujeme od autentického, tzn. výslovně uchopeného ‚bytí sebou‘. Jsa sebou v modu neurčitého ‚ono se‘, je každý pobyt do něho rozptýlen a musí sám sebe teprve najít.“ (Heidegger, 2018). Útěk od vlastní svobody je útekem do „ono se“. Ono má vztah k věci (Buber, 2016). Právě přes toto „ono se“ nemůže člověk vytvářet své bytí ve světě a své autentické bytí. V bytí „my“ je blízkost a možnost porozumění.*

Heidegger (2018) říká, že pobyt je zprvu bez vztahů k druhým. Přesto si myslím, že pobyt zažívá první vztah už před vstupem na svět. Vytváří si vztah k osobě, kterou je součástí devět měsíců, reaguje na její hlas a hlasy z okolí. Schopnost poznání ho vystihuje ještě před vstupem do světa, i když je jeho poznání omezené.

### **3.2.2 Porozumění a naslouchání**

Porozumění nám vyvstává jako jedna ze základních existenciál. Dále se o porozumění hovoří jako dispozici smyslu bytí, protože se nacházíme v porozumění bytí a z toho se právě formuluje otázka po smyslu bytí. Otázka po smyslu bytí je možná jen pokud je zde porozumění bytí, protože porozumění bytí patří k pobytu (Heidegger, 2018).

Existenciální porozumění souvisí s existenciální analytikou pobytu, což je předznačeno v ontické skladbě pobytu. Analytika pobytu závisí na otázce po smyslu bytí a jejím rozpracování. Otázka po smyslu bytí je otázkou fundamentální ontologie, se kterou přišel Heidegger. Právě existenciální analytika pobytu je potřeba pro fundamentální ontologii a ta má být cestou k analýze způsobu bytí a stěžejních struktur, po kterých se ptá tazající. Těmi strukturami jsou existenciály nebo-li bytostné struktury (Biemel, 1995; Heidegger, 2018).

Porozumění bytí ve světě je umožněno přes porozumění bytostné struktury pobytu. To dává možnost nahlédnout do existenciální prostorovosti pobytu. Porozumění bytí patří k bytí *pobytu* v (Heidegger, 2018). Z toho vychází *daseinsanalýza* a její základ, že člověk už na začátku nějak věcem rozumí. Věci se mu zjevují a on jim už nějak rozumí bez jejich redukce nebo hledání symbolů za nimi.

V rozumění je zakotven veškerý pohled. Rozumění vytváří pohled pobytu, který se vztahuje na existenci. Z vlastního sebe můžeme dosáhnout autentického rozumění. Nevlastní rozumění vzniká z toho, že se pobyt odpoutá od sebe sama (Heidegger, 2018).

Podle Heideggera (2018) má existenciální analytika pobytu místo před ostatními vědami – i před psychologií samotnou. Dále i před biologií a antropologií. Tyto vědy považuje Heidegger za nedostatečné, protože jim chybí odpověď na otázku po způsobu bytí jsoucna. Tázat se po bytí celého člověka, a nejen po psychice. Přístup by měl být tělesně-duševně-duchovní. V tom tkví možnost filosofie. Může rozšířit psychoterapii a naskytnou tak hlubší porozumění člověku a vztahům ve světě.

Naslouchání znamená někomu, protože pobyt je chápán jako spolubytí – je otevřen pro druhého a i naslouchání je spjato s někým dalším. Pobyt naslouchá, protože rozumí! Toto rozumění bytí ve světě s druhými je spolupobytí (Heidegger, 2018). Člověk naslouchá člověku a sám sobě, nachází ve vztahu s druhými, pobývá s nimi, i když může být fyzicky osamocen. Nikdy není zcela osamocen a vždy ostatním už nějak rozumí.

### **3.2.3 Obstarávání, blízkost a oddalování**

Obstarávání je existenciál. Znamená to něco provést, vyřídit. Na základě důvěrné obeznámenosti se světem může nastat obstarávání. Ale v důvěrnosti může nastat ztráta pobytu a být v jeho zajetí (Heidegger, 2018).

Bytí v prostoru je možno na základě bytí ve. V tom se ukazuje od-dálení a zaměření. Od-dálení rozumíme směrem k pobytu. Znamená to, že se vytratí dálka a nastává přibližování. Oddalování je tedy existenciál. Pobyt má tendenci k blízkosti a je oddalující (Heidegger, 2018) – to dnešní věda velmi umožňuje. I přes kilometrové vzdálenosti jsou lidé propojeni. Tím se naplňuje tendence pobytu k blízkosti.

### **3.2.4 Odemčenost a otevřenost**

Odemčenost umožňuje pobytu být svým „tu“ a ne upadlým pobyttem. Podle Heideggera (2018) pravda odemyká pobyt a pobyt je stejně zastoupené v pravdě i nepravdě. V pravdě je založena odkrytost, v odemčenosti pobytu. Uzavřenost a otevřenost vysvětluje i duševní onemocnění. Jak moc je člověk otevřen pro svět a jak oplývá svobodou? Otevřenost pro hlas svědomí znamená odhodlanost mít svědomí.

Upadání je odemčeno skrze řeč, a to může být zvědavostí či dvojznačností. Jak tedy vypadá upadlý pobyt? Je takový, který se oddálil od sebe samého a svého bytí ve světě. Upadání je existenciálním určením pobytu, kde je zásadní i zklidnění. To může vést u autentického pobytu k otevřenosti a u neautentického bytí k živelnému provozu. Autentičnost bytí sebou je uzamčena v upadání a útěk pobytu je útěk pobytu před sebou samým (Heidegger, 2018). Jediná správná otevřenost je v autentickém třídění bytostných možností. Pobyt se nabízí možnosti a svobodným rozhodnutím z nich vybírá.

### **3.2.5 Nálada a rozpoložení**

Nálada odemyká bytí ve světě a umožňuje zaměření se (Biemel, 1995). Proto u Heideggera (2018) můžeme náladu a naladěnost považovat za fundamentální existenciál. V naladěnosti dochází k odemčení pobytu náladou, ale odemčením se nemyslí poznání. Nálada je to, co jsme ve světě. Je to způsob otevřenosti ke světu. Radostná a klidná nálada v sobě nastává, když je pobyt svoboden pro něco (Heidegger, 2001).

Rozpoložení a rozumění charakterizuje původní odemčenost bytí ve světě. V rozvrhujícím odemykání vidí pobyt možnosti a v těch je již naladěn. Rozumění je zakotveno v budoucnosti, kdežto rozpoložení se týká bývalosti a upadání je dané v přítomnosti (Heidegger, 2018).

Rozpoložení nevyjadřuje duševní stav. V rozpoložení *bytí tu* je rozumění. Rozumění je jeden ze základních způsobů bytí pobytu, vystihuje určitý rozvrh, má určitou strukturu a skrze odemčenost bytí ve světě dosahuje rozvrhu (Heidegger, 2018).

### **3.2.6 Možnost a smysl**

Z možností, do kterých je náš pobyt vržen, nám vychází porozumění světu a rozvrh našeho života. Možnosti, které se nám naskýtají, v sobě nesou náš životní rozvrh.

Možnost je také existenciál, protože pobyt je sobě samému vydán bytí možností. Pobyt je možnost být svoboden pro své nejvlastnější moci být (Heidegger, 2018). Psychoterapie je také možností. Možnosti, které se mohou člověku zdát neviditelné mu musí zviditelní právě terapie. Může člověka vést k rozhodnutí se pro bytí a autentický život, tedy se vrátit sám k sobě.

Samotný smysl je také existenciál pobytu a je vlastní jen pobytu, pokud odemčenost bytí ve světě je naplnitelná jsoucnem. Pobyt může být i bez smyslu (Heidegger, 2018). Smysl se konkretizuje v rozvrhu, tím se stává pochopitelným, protože jen pobyt může být smysluplný nebo bez smyslu (Biemel, 1995).

### **3.2.7 Řeč**

Řeč je existenciálně-ontologický fundament jazyka a je původní jako rozpoložení a rozumění. S tím souvisí výklad a výpovědi, kde je srozumitelnost už přítomna v základech. V tom výkladu, v řeči je právě smysl. Vyslovená řeč je jazyk a slova nejsou jen věci, které opatřujeme významem. Řeč je existenciálně jazyk a může nám objasňovat (Heidegger, 2018).

Možnost naslouchání a mlčení patří k výslovnému mluvení (Heidegger, 2018). Psychoterapie není jen o mluvení ale i o mlčení, který může být dostačující odezvou. V mlčení je pravá možnost naslouchání a bytí spolu.

### **3.2.8 Svědomí, vina a mlčení**

Svědomí je fenomén pobytu, který zapříčiní odemykání. Je formováno rozuměním, upadáním, rozpoložením a řečí. Svědomí je druhem řeči, která volá. Voláním svědomí je postiženo bytí sebou v neurčitěm „ono se“ obstarávání spolubytí s druhými. Vyzývá pobyt k nejvlastnější moci být sám sebou (Heidegger, 2018).

Svědomí promlouvá mlčením a je zároveň starostí o autentický pobyt. Proto někdo označuje mlčení za drásavé, je to moment, kdy zaslechneme svědomí a kdy můžeme uslyšet i svoji vinu.

Mlčení je u Heideggera (2018) existenciální fundament. Kdo mlčí, může dávat lepší odezvu než ten, kdo neustále mluví. Pro mlčení musí být ale výstižné to, že má pobyt co říct – zvládá autentickou a bohatou odemčeností sebe sama. Poté může mlčení promlouvat. Terapeut se sám musí naučit, kdy je správné mlčet a vydržet ten trýznivý okamžik, když by chtěl promluvit, ale nemělo by to dobrý vývoj ani konec. Může v tomto mlčení také terapeut zaslechnout svůj hlas svědomí? Anebo on funguje jako hlas svědomí? Terapie nezanechává dopad jen na pacientovi, ale ovlivňuje i terapeuta, pro kterého je také cestou a výzvou. Domnívám se, že sám terapeut může zaznamenat momenty, které pro něj budou zásadní, ale

neměl by být v probíraných tématech terapie nenalezený. Nemůže být průvodcem, pokud není o krok napřed.

Pobyt by měl naslouchat výzvě svědomí. Může tak porozumět svému nejvlastnějšímu moci být. Přes to se dostat ke svému nejvlastnějšímu autentickému moci být vinen. Toto volání ale znamená, že je pobyt pro toto volání svoboden a je připraven být vyzván. Když je pobyt schopen rozumět výzvě, je schopen chtít mít svědomí. Tato připravenost znamená být připraven na úzkost, být odhodlán (Heidegger, 2018).

### **3.2.9 Úzkost a strach**

Definujícím pojmem bytostné možnosti pobytu je u Heideggera (2018) úzkost, ve které se bytí zjevuje jako starost. V úzkosti se nám odemyká svět. Úzkost řeší bytí ve světě a pobyt tak usměřňuje do autentického moci být ve světě a rozvrhuje ho ve svých možnostech. Pobyt se v úzkosti dostává před svoji svobodu k autenticitě jeho bytí a k možnostem. V úzkosti se pobyt dostává před svoji existenci. Na tom se podílí nálada, která pobyt staví před vrženost. Úzkost je původní nálada, která není chápána v pojetí dnešní psychopatologie. Je to rozpoložení, které dává možnosti k autentickému bytí. V základní úzkosti je patrná nedokonalost naší existence a tím tedy naše svoboda.

Ale strach (strachování) je v Heideggerově (2018) pojetí odlišuje od úzkosti. Strach je to, čeho (nebo o co) se bojíme. Je to upadlá neautentická úzkost a neautentické rozpoložení. Úzkost může nastat z budoucnosti odhodlanosti, ale strach vzniká ze ztracené přítomnosti. Tato úzkost vzniká z vržení bytí ve světě. Nese v sobě popud a směřování a může předejít rozpoložení a rozumění.

Rozdíl mezi úzkostí a strachem zachycuje i *daseinsanalýza*, která se vyjadřuje k úzkosti a přejímá její chápání v podobném duchu jako Heidegger. Ale v Bossově pojetí se na úzkost klade menší význam.

### **3.2.10 Starost**

Analýza pobytu má rozložit momenty bytí ve světě a vykázat jednotu těchto momentů. Základní strukturou pobytu je starost. Ve starosti se nachází existencialista, fakticita a upadlost. Existencialita znamená, že je pobyt u svého moci být. Fakticita znamená,

že pobyť je určen tím, do čeho byl vržen a upadlost se ztrácí ve prospěch známého jsoucího (Biemel, 1995).

Bytí pobytu se má ozřejmit jako starost, protože pobyť je starost, a k pobytu patří bytí ve světě. Poznáváním pobytu se získává nový bytostný postoj ke světu a to může rozrůst k samostatnosti. Nejbližší svět každodenního pobytu je svět našeho okolí (Heidegger, 2018).

Pro autentické bytí je potřeba autentická starost. Úzkost nás odvrací do věcí každodenního života a směřuje nás k navrácení k sobě samému. A to je uložené ve starosti. To je cílem daseinsanalytické psychoterapie. Uzdravit člověka, aby byl svobodný a dokázal nést odpovědnost za svá jednání a rozhodnutí v životě.

Heideggerova filosofie se bude promítat i v dalších dvou kapitolách, kde přejdeme od ryzí filosofie k víc praktickému usazení myšlenek Heideggera ve vývoji a zásadách daseinsanalázy.

## 4 Fundament daseinsanalýzy

Daseinsanalýza se při svém vzniku inspirovala ve filosofii M. Heideggera a přejímá jeho základní terminologii. Zároveň převzala terminologii od E. Husserla a navazuje na jeho fenomenologické metody. Fenomenologii a pojetí světa jsme se již věnovala stejně jako filosofii M. Heideggera.

Filosofie M. Heideggera je nedílnou součástí daseinsanalýzy a předmětnou inspirací filosofie pro psychoterapii. Tato kapitola se bude zabývat konkrétními myšlenkami a vztahy daseinsanalýzy, které utváří filosofie. Zároveň zmíním i podklady psychoanalýzy S. Freuda, které byly také inspirující pro daseinsanalýzu. Jak již bylo řečeno, pojem daseinsanalýza vytvořil Ludwig Binswanger (Condrau, 1998) spojením slov dasein a analýza – od Heideggera a od Freuda.

Podíváme-li se na osobnost a život Freuda a Heideggera, budou nám dobrým vysvětlením pro formování daseinsanalýzy. Freud nikdy nepodstoupil svoji léčbu, nikdy ho nikdo neanalyzoval, ale u Heideggera tomu bylo jinak. Po svém psychickém zhroucení v roce 1946 se stal pacientem Viktora Barona von Gebssattela, což byl žák Binswangerova. Heidegger prošel léčbou, která byla daseinsanalytická a sám se o ní vyjadřoval pochvalně (Groth, 2015).

Mezi zakládající osoby tohoto směru řadím Ludwiga Binswanger a Medarda Bosse. L. Binswanger byl přítel samotného Freuda, a i přes jejich rozdílné názory, jim přátelství vydrželo do konce Freudova života. Binswanger ale nezůstal jen u učení Freuda. Na základě četby Heideggera rozpracoval svoji teorii psychiatrické daseinsanalýzy, kterou dále rozpracoval Boss (Kratochvíl, 2017). V této kapitole se budu postupně zabývat utvářením daseinsanalýzy skrze osobnosti L. Binswanger, M. Bosse a jejich kontakty se S. Freudem a M. Heideggerem.

Rozdíl mezi zakladateli tkví v tom, že L. Binswanger se opíral zejména o kontakt S. Freuda a jeho směru se nazývá psychiatrická daseinsanalýza. Kdežto M. Boss byl v osobním kontaktu s M. Heideggerem a řadu pojetí L. Binswangerova upravil. Jeho směr se nazývá terapeutická daseinsanalýza. V čem se ale oba zakladatelé shodují je, že medicína jako obor,

aby byla úspěšnější musí obsahovat i pojetí zdravého člověka a musí být obohacena o filosofické chápání světa.

Kouba (2006) říká, že psychiatrie a psychoterapie by měla zastupovat fenomenologický přístup k lidskému bytí. O to se právě pokusil Binswanger a Boss a na tom se vykrytalizovala daseinsanalýza.

Daseinsanalýzu můžeme vnímat jako výkon, kde dochází ke konkretizování dasein a to je jí tématem společně s existenciálními. Je to celek, který dává do souvislostí fenomény dasein. Existenciály jsou základními charakteristikami dasein a dasein se vyznačuje otevřeností, časovostí, prostorovostí, tělesností, smrtelností a dalšími konkrétními existenciály (Condrau, 1998). Existenciály Heideggera se zabývala předešlá kapitola. Daseinsanalýza je zakomponovala do svého přístupu a rozumění terapii.

Heidegger daseinsanalýzu pojímal jako konkrétní rozpomenutí se na lidské bytí a zaměřuje se na faktické provedení existenciálií (Condrau, 1998). Sám Binswanger (1963) si všiml, že Heidegger místo self/já používá dasein. Pravděpodobně to pro něho bylo zlomové, protože po svých studiích a zkušenostech s psychoanalýzou přichází jiné pojetí osobnosti, které převzal. Binswanger si ovšem výklad Heideggera uzpůsobil a zjednodušil, to mu pak bylo vyčítáno i samotným Heideggerem. Brát dasein jako self je velmi reduktivní a nejedná se o správné porozumění.

#### **4.1 Vnímání zdraví a nemoci Binswangerem**

Oficiální počátek daseinsanalýzy se udává jako 23. 10. 1942 v Bernu, kdy Binswanger porozuměl Husserlově a Heideggerově fenomenologii. Díky tomu mohl porozumět psychiatrickým onemocněním a došlo ke vzniku daseinsanalytické patologie a způsobu léčby v duchu Binswangerova. Následně daseinsanalýzu rozšířil až Boss v 50. letech (Horák, 2011). L. Binswanger a M. Boss měli společné, že byli psychiatři. V jejich práci je z tohoto důvodu výrazné téma zdravý a nemocný člověk a psychiatrické onemocnění.



Pro Binswanglera je *daseinsanalýza* způsobem fenomenologickým zkušenosti. Je to komunikace mezi lékařem<sup>1</sup> a nemocným. K nemocnému je přistupováno jako k pobytu (Condrau, 1998). Již na počátku vidíme základ *daseinsanalýzy*. Je to fenomenologický přístup k člověku rozvinutý z teorií Husserla a Heideggera. Binswangerovým novým přístupem je rozumění člověka jako pobytu - a ne pouhému self. Tím neredukuje člověka, a naopak ho více rozvíjí.

Svět našeho okolí tvoří významnost, která je neoddělitelně spjatá s bytím pobytu. V tomto světě se nachází existenciální prostorovost bytí, která vymezuje prostor pro každodenní setkávání. Pobyt v tomto světě našeho okolí není nikdy sám. I když není někdo v jeho okolí, nezůstává sám, je tu pro něho někdo přítomen. Protože bytí ve světě je spolubytím (Kouba, 2006). Tímto je právě vnímání člověka jako pobytu více komplexní.

Kouba (2006) vykládá povahu lidského pobytu tak, že nutně vyplývá z jeho vlastní otevřenosti ke světu. Jak už bylo zmíněno v kapitole o filosofii M. Heideggera, bytí ve světě je základní rys lidského bytí. Pobyt nemůžeme rozumět jako izolovaný subjekt, který je uzavřen sám do sebe, protože vždy je součástí světa. Pobyt je spjat s otevřeností a možností, které se ukazují v horizontu světa. Právě bytí ve světě umožňuje, že pobyt může nalézt a uskutečnit své možnosti.

Binswanger tvrdil, že pro psychiatrii má význam analýza *bytí tu* protože vyzdvihuje lidskou individualitu. Tato individualita a *bytí tu* zapříčiní, že určité chování se může považovat za abnormální v určité chvíli a v určité situaci, ale za zcela jiných podmínek je považováno za běžné (Kouba, 2006).

Právě způsob chápání nemoci a zdraví je u Binswanglera opřen o ontologickou skladbu lidského pobývání u jsoucen (Kouba, 2006). V tomto pohledu je vidět vliv četby M. Heideggera na teorii L. Binswanglera. K psychopatologickým poruchám přistupuje jen přes vnímání výkonu lidského pobývání. Pochopit jedince a jeho onemocnění lze jen skrze daného jedince.

---

<sup>1</sup> Za pozornost stojí, že u Binswanglera se mluví o lékařích. S rozvojem psychologie a psychoterapie se označení změnilo na terapeuta. MM.

Pro Heideggera (2001) je nemoc fenoménem strádání a nemoc vnímá jako stav zbavenosti, nemožnost svobody. Je to stav, kdy pobytu něco chybí a je mu něco upřeno. Jeho dílo ukazuje na zdravý způsob existence a zabývá se tím, jak ho dosáhnout. Vysvětluje psychopatologické poruchy přes fenomén privace (Condrau, 1998; Kouba, 2006). Stav, kdy něco specifického chybí. Zdraví je naopak schopnost, kdy jedinec má možnost svobodného nakládání se svými možnostmi a nemocný člověk je ten, kdo tuto svobodu nemá. Je mu tedy upřeno nakládat se svými možnostmi. Nemoc je ztráta svobody, a to je *daseinsanalytický* výklad. Zdraví je naopak ztotožňováno se svobodou.

Při otázce zdraví řešíme i otázku nemoci. Když chybí zdraví, je potřeba ho obnovit. Fenomén bolesti a smutku musí být nutně jen fyzický nebo psychický? Heidegger (2001) v *Zollikon Seminars* odpovídá rozlišením *psyche* a *soma*. Pro něho je to otázka metody a na nemoc pohlíží komplexně. Nelze odlišovat *psyche* a *soma*. Správný přístup má být takový, který potírá tělesně-duševě-duchovní stránky člověka. Jestliže chce být moderní medicína v naší době úspěšná, měla by vycházet z této myšlenky. Člověka nejde vnímat jen z jedné strany a doufat, že léčením jedné stránky, dojde k napravení i další stránky. *Daseinsanalýza* už na počátku správně vnímala, kudy se musí úspěšná medicína a terapie vydat.

Binswanger vychází ze souborného Heideggerova chápání nemoci. Pro něho také nedochází k postižení jen tělesné nebo psychické stránky člověka, ale je zasaženo prožívané tělo. *Daseinsanalýza* se od počátku zaměřuje na termín prožívané tělo a je to pro ni něco, co nekončí pokožkou jako tělesná schránka, ale překračuje ji. Prožívané tělo končí s naší existencí (Kouba, 2006). Proto je minutí původního celku dělit onemocnění na psychickou a somatickou část. Je to nepochopení bytí ve světě. Přístupovat k nemocnému jen ve fyzické rovině a opominout psychickou znamená, že nemusí dojít k léčbě, jen pokusům o dočasnou stabilizaci. Celé bytí ve světě je zasaženo.

Celek tvoří bytí ve světě, bytí sebou a prožívaná tělesnost. To podmiňuje všechny další změny lidského pobývání (Kouba, 2006) a tím je dalším primárním základem *daseinsanalýzy*, která z toho čerpá až do současnosti. Považuji tuto inspiraci za jednu z nejdůležitějších u Heideggera pro *daseinsanalýzu* a tkví v tom i jedinečnost tohoto směru.

Daseinsanalýza byla Binswangerem při vzniku vystavena na chápání duševně nemocného jen skrze jeho vlastní bytí. Na rozvrh člověka se má hledět z jeho vlastní perspektivy (Kouba, 2006), což opět přejala daseinsanalýza od Heideggera.

Přístup Heideggera k daseinsanalýze byl nejdříve kritický. Říkal, že je nevědecká, proti objektivitě a nepojmová. Binswanger řešil zejména vztah mezi *dasein* a vědomím. Jeho zájem nastal až, když se Boss pokoušel o skupinovou terapii, která dokáže vytvořit volnější pohled na lidskou bytost.

Později se Heidegger (2001) psychoterapie zastal a řekl, že ji nemůžeme chápat vědecky ve smyslu přírodních věd. Psychoterapie je jiná, protože je zaměřená na lidskou populaci, která se mění a vyvíjí. V kontrastu s dnešní dobou vystává snaha opřít psychoterapeutické směry o výzkumy. To jim ale nezaručuje, že budou mít i za pár let stejné výsledky, a i všichni terapeuti psychoterapeutického směru. Rozhodně si nemyslím, že je ideální cestou, přistupovat k terapii ve stylu exaktních věd. Výzkumy ale mohou nabídnout představu o míře efektivity v různých oblastech léčení. Důležitým přesto zůstává si uvědomit, že každá lidská bytost je jedinečná.

Dalším přejatým pojmem v daseinsanalýze od Heideggera je úzkost. K té ovšem Binswanger přistupuje jiným způsobem. Podle Binswangera má psychotická a neurotická porucha osobnosti zvýšenou vnímavost pro úzkost *bytí tu*. Úzkost je brána v pojetí Heideggera jako lidská nezakotvenost a nachází se u hlubin individuální existence. Ale Binswanger jako psychiatr, který pracoval s psychiatrickou diagnostikou, viděl úzkost odlišně. V propojení s fobií je jedinec s úzkostí extrémně ohrožen, protože má velké obavy z něčeho, co nedokáže ani vysvětlit (Kouba, 2006). U Heideggera (2018) je úzkost cestou k odemykání světa a vrhá pobyt do autentického moci být ve světě. Přivádí ho před sebe sama v jeho bytí v odemčenosti. Dostává pobyt k jeho nejvlastnějšímu bytí ve světě a přivádí ho před jeho svobodu. Pro Heideggera je úzkost základem způsobu naladění a úzkosti staví ještě strach, což může nastat po kontaktu s úzkostí. Binswanger se ke strachu nevyjadřuje, ale nejspíše ho pojímá jako Heidegger. Strach je pro něho to, čeho se bojíme nebo se jen strachujeme o něco, o co máme strach. Je to upadlá úzkost, která přináleží k neautentické existenci.

Začínající daseinsanalýza převzala i pojem svědomí. To spolu s úzkostí může daseinsanalýza vnímat jako rušivé indikátory ve světě našeho okolí (Kouba, 2006). Pobyt nachází vlastní vinu skrze svědomí, jak už jsme četli u Heideggera. Pobyt je něco dlužen a může nabyt pocit být vinen kvůli konkrétnímu pochybení skrze ontologické provinění.

Heidegger (2018) říká, že je to hlas svědomí, kdo zprostředkovává pobytu jeho bytostnou provinilost. Pobyt ji má přijmout a uchovat. Skrze to dochází k autentičnosti bytí v odemčenosti. Kouba (2006) to vykládá tak, že pobyt chce svědomí. Pobyt chce zodpovědnost za svoji existenci. Je připraven snášet osamocenost světa, který může být i nehostinný. V tomto Heideggerově postoji můžeme vidět další terminologii, která byla převzata do daseinsanalýzy. Pro daseinsanalýzu je svobodný člověk ten, kdo je schopen činit rozhodnutí a nést za svá jednání odpovědnost (Kratochvíl, 2017). Ten, kdo je svobodný, je toho schopen a svobodný jedinec je pro daseinsanalytiku zdravým jedincem.

Jaký je rozdíl mezi zdravím a nemocí? Je to vyvažování mezi řádem a chaosem. Zdraví či nemoc je ovlivněna tím, jak pobyt udržuje toto napětí. Řád a chaos jsou ve vzájemném rozvíjení. Pokud se pobyt více přiklání k chaosu, vydává se „*strašlivém a ničivému*“ a stává se šilencem (Kouba, 2006). Z toho by mohlo vyplývat, že duševní nemoc v daseinsanalýze pojíme s větší nakloněností k chaosu než k řádu. To by pak znamenalo, že zdravý je ten, kdo více tíhne k řádu? Tomu tak není.

Skutečně zdravý jedinec je ten, který dokáže zvládnout dynamický vztah mezi řádem a chaosem. Napětí dokáže kočírovat a rozvíjet (Kouba, 2006). Tento postoj mezi dvěma stranami můžeme přirovnat k Freudově struktuře osobnosti. Nejpřesněji to vysvětluje Drapela (2011). Ve Freudově pojetí je na jedné straně id a na druhé superego. Napjatý vztah mezi těmito dvěma stranami se snaží „ukočírovat“ ego, kterému náleží „otěže“ a vyrovnává napětí či katexi. Katexe je stav, kdy dochází k proudění duševní energie libida a má za cíl dosahovat zdroje uspokojení - souvisí tedy s id. Naproti tomu stojí antikatexe, která má bránit jednostranné katexi id a má svůj původ v egu a superegu.

Pro daseinsanalytiku duševní nemoc nastává, když pobyt nezvládne tyto dvě strany - řád a chaos. Jejich oddělení nebo vítězství jednoho z nich se dostane do popředí místo dynamického spojení (Kouba, 2006). V psychoanalýze dochází k intrapersonálním konfliktům, které nastanou mezi id a egem, id a superegem nebo egem a superegem. Id je

princip slasti, který žádá uspokojení a pochází z nevědomí. Nestará se o potřeby druhých. Tím se dostává do rozporu s egem a superegem. Superego je částečně vědomé a orientuje se na principu dokonalosti. Pocity viny se tvoří od superega. Oproti idu vše zakazuje, proto existuje ego, které se snaží požadavky idu uzpůsobit tak, aby bylo možno je naplnit a vyhovovaly požadavkům superega. Ego stojí na principu reality (Condrau, 1998; Drapela, 2011; Tippelt, 2015).

Duševní nemoc není jen příklon k chaosu, ale i to, že se za každou cenu drží řádu, který nemusí být stabilní (Kouba, 2006). Pobyt, který oplývá zdravím je oproti tomu ten, který dokáže projít rozpadem řádu a ustojí nastolení nového řádu, který vzniká z možností chaosu. Zdravý je ten, který ustojí i dočasný chaos. Proto může být pro člověka s duševní nemocí těžké už jen to, aby změnil názor. Opouští totiž řád, který nemusí být stabilní, ale nedokáže se ho vzdát a vytvořit nový přes možnost chaosu.

## 4.2 Láska a přátelství

*Já* nemůže být odhaleno ani nalezeno samo (Binswanger, 1963). Binswanger věřil v přínos jeho psychiatrické *daseinsanalýzy* v tom, že člověku přinese nalezení sebe sama. V Heideggerovi řeči to znamená, že se navrátí sám k sobě. Jak se nalezne *Já* podle Binswangerova?

Nevydařené *bytí tu* podle Binswangerova vyvolává psychopatologické stavy. Zdařilé *bytí tu* je takové, které využívá ontologický potenciál lidského pobývání a v něm se nachází i možnost lásky a přátelství. Téma lásky a přátelství jsou vlastní Binswangerovi. Lásku vnímá jako absolutní otevřenost pro druhého. Jedinec je schopen překonat své vlastní hranice a tato absolutní otevřenost duševně nemocným podle Binswangerova chybí (Kouba, 2006).

Láska je u Binswangerova nad Heideggerovou starostí. Je to možnost dojít sjednocení přes odemčenost *dasein* v *my*. Pro Binswangerova byla láska existenciál a postupuje z *bytí ve světě* v *bytí ve světě nad světem*. Za to byl Binswanger kritizován. Podle svých kritiků nepochopil Heideggerovu starost (Condrau, 1998).

Binswanger se rozchází s Heideggerovými myšlenkami, když říká, že láska se neslučuje ani s jedním ze dvou způsobů *bytí*. Není součástí autentické ani neautentické

existence. Naopak přesahuje hranice individuálního bytí. Jeho chápání bytí je dvojitá a naplňuje se v milostném splynutí. Láska překonala původní osamění pobytu (Kouba, 2006).

Proto akceptuje lásku jako protiklad zmíněné úzkosti. Jen v lásce jde pobytu o společné bytí, a nejen o jeho vlastní – já a ty zapadá do společného my. Binswanger říká, že láska musí stát mimo. Bytí venku nad světem tvoří věčný okamžik lásky, bezpečí a důvěra. Toto bytí venku nad světem je mimo všechnu moc a bezmoc (Kouba, 2006). Heidegger nezohledňuje lásku jako protiklad úzkosti. Pro něho je úzkost to, co umožňuje dojít k autentické existenci, proto pojetí Binswangerova kritizoval.

K neautentické existenci patří umlčování hlasu svědomí. Pobyt odmítá slyšet o své provinilosti. To ale nevede ke zmenšování zápornosti pobývání v odemčenosti. Pobyt v neautentické existenci upadá do světa našeho okolí. Nepočítá s možností úzkosti a upadá do anonymity. Za to autentická existence je docílena odhodlaností. Je to krok z anonymity a pobyt na sebe bere osamocené bytí v odemčenosti, kde nastává odhodlané bytí. V odhodlání se objevuje „nejpůvodnější pravda bytí tu“ (Kouba, 2006). Autentická existence přijímá odpovědnost za svůj život, za své chyby, které k životu neodmyslitelně patří.

### **4.3 Heideggerova vrženost pobytu**

Svět obýváme a vyznáme se v něm. Obývání může být nehostinné, a to je pro nás zpráva, že pobývání je v otevřenosti bytí. S tím souvisí pojmy teritorium a deteritorializace. V teritoriu je dominantní důvěrná obeznamenost se jsoucnými a jejich odkrytost (Kouba, 2006). Člověk se rodí už s nějakým porozuměním světu. Otevřenost bytí vyvstává v deteritorializaci a jedná se o moment, kdy vyvstává otevřená dimenze bytí. Pobyt překračuje od odkrytosti k otevřenosti.

Pro Heideggera (2018) je významnou otázkou otázka po smyslu bytí. Její zodpovězení je možné až potom, co se ukáže celková ontologická skladba pobývání v otevřenosti bytí. Proto i *daseinsanalýza* převzala otázku po smyslu věci a bytí.

Každý pobyt je individuální, protože jeho vlastní bytí je bytím ke smrti. Bytí ke smrti je zakotveno ve starosti. Má možnost vlastního konce a je si jí vědom. Pobyt má dvojitou možnost – osamocení nebo vydávání se možnostem každodenního světa. Osamocení je forma pobytu, kdy přijímá osamělost jako svůj úděl a naplní ji odhodláním a samotnou

volbou svých možností (Kouba, 2006). Pobytu je zřejmé, že jeho bytí má konečnost a veškeré bytí je bytí ke smrti. S tím *daseinsanalýza* také pracuje. Člověk, který si je vědom své konečnosti, může zaslechnout hlas svědomí a dojít k autentické existenci.

Porozumění bytí je cesta k pochopení pobytu. Heidegger zprvu kritizoval začínající *daseinsanalýzu*, protože moc omezovala *bytí tu*, ale pochopit pobyt lze jen v otevřenosti bytí. Teprve poté je možné, aby došlo k pochopení toho, v čem spočívá pobývání, které stojí na momentu porozumění bytí (Kouba, 2006).

Pro Heideggera v *bytí tu*, zastupuje tu otevřenost bytí, kde pobyt prodlévá. Právě fenomén odemčenosti zaručuje pro pobyt otevřenost a volnost (Kouba, 2006).

Ontologickému fenoménu starosti odpovídá celek, který tvoří moment vrženosti, rozumějící rozvrhování a upadání (Kouba, 2006). Toto jsou základní momenty pobývání v odemčenosti, kterým se věnovala kapitola o filosofii Heideggera.

Vrženost přivádí pobyt před jeho bytí v odemčenosti. Pobyt musí být vnímán z pohledu odemčenosti. Bytí tu stojí v otevřené světlině bytí a pobyt prodlévá v této světlině (Kouba, 2006).

Rozpoložení je u Heideggera způsob, jakým se bytí nachází v otevřeném světě. Souvisí s náladou či naladěností. Rozhoduje o tom, jak se v té odemčenosti bude pobyt nacházet, protože zde se pobyt setkává sám se sebou samým. Rozpoložení je pro pobyt důležité, protože ukazuje, jak je to s pobtem a jeho bytím ve světě (Kouba, 2006).

V návaznosti na Heideggerovu starost vyvstává staráním se, kterému můžeme rozumět jako projevu zájmu o druhého. Tento zájem nastává, když se od druhého odvracíme (Kouba, 2006). Jak to může být chápáno v *daseinsanalytické* psychoterapii? Zájem o druhého je v *daseinsanalýze* zakotven v rozhovoru. Právě přijetí, úcta a respekt jsou zásadami, kterými se musí vyznačovat všechny strany a zajistit tak smysluplnou terapii. Bez oboustranného zájmu to není možné.

Sounáležitost s druhými je pro pobyt význačná a přechází v konformitu. Konformita je brána jako neosobní a jedná se o podřizování se neosobnímu „ono se“. Toto upadání znamená, že se pobyt odvrací od sebe sama. Upadání je pohyb, kdy se pobyt dostává od svého bytí v odemčenosti a propadá světu našeho okolí (Kouba, 2006). Víme, že to je projev

neautentické existence a to znamená, že je člověk nesvoboden a tím tedy nemocen. Proto je neautenticita v *daseinsanalýze* nechtěná.

#### 4.4 Psychoterapeutická *daseinsanalýza* Bosse

M. Boss je autorem terapeutické *daseinsanalýzy*, která vychází z Binswangerovy psychiatrické *daseinsanalýzy*. Ale Boss svoji teorii zaměřil na větší kontakt s Heideggerem a jeho přednášek *Zollikoner Seminare*. Nesmí se opomíjet, že Heidegger podporoval vznik terapeutické *daseinsanalýzy* a práci Bosse. Slovy Bosse (1989a): „*Oporu jsem našel teprve v díle M. Heideggera Bytí a čas, kde jsem našel takovou otevřenost myšlení, která obstála i před nejostřejší kritikou...*“. Z Bossovi citace je patrné, jak moc měl na jeho práci vliv Heidegger. Ale tento vliv nezůstal jen u práce, ale promítl se i do života samotného Bosse.

Heidegger po svém kolapsu trpěl distresem a chronickou melancholií až do své smrti. Po své léčbě u von Gebsattela, Heidegger projevil zájem o *daseinsanalýzu*. Pochvalně o léčbě von Gebsattela říkal, že ho provedl zasněženým lesem, nic více, nic méně. A pak přichází první kontakt s Bossem roku 1947. Později v roce 1959 spolu začali spolupracovat a Boss nezůstal u vnímání Heideggera jen jako svého učitele. Stal se pro něj mentorem a zároveň i přítelem. Nejen že spolu spolupracovali, ale trávili spolu i dovolené. Byl to Boss, kdo nabídl Heideggerovi uspořádat přednášky, které známe jako *Zollikoner Seminare*. I když pak Heidegger pro vážné zdravotní důvody musel přestat, pořád se stýkali (Groth, 2015). Terapeutická *daseinsanalýza* se zrodila z přímého ovlivnění Heideggerem.

„*Nemálo dnešních lékařů považuje za nemístné, přijde-li za nimi někdo s filozofií. Spoukazem na pozoruhodné výkony novodobé medicíny prohlašují, že filozofii vůbec nepotřebují. Do tak úspěšné, exaktní, empiricky přírodovědné disciplíny, která se opírá výhradně o čisté fakty, by prý filozofie vnesla jen zmatek.*“. Z citátu Bosse (1989a) je patrná situace, ve které vzniká terapeutická *daseinsanalýza*. Snaží se medicínu obohatit o filosofii a tím i přistupovat k léčbě komplexně v návaznosti na Heideggera – a nejen medicínsky.

Proto se terapeutická *daseinsanalýza* odvozuje z ontologického rozvrhu *bytí tu*, ale na rozpoležení úzkosti se klade menší význam. Boss se na pacientovu budoucnost zaměřuje na základě jeho přítomnosti, kterou prožívá. Hledí na jeho možnosti, které se mu naskýtají. Zohledňuje svobodu a otevřenost pacienta (Groth, 2015; Kouba, 2006).



Stejně jako Heidegger a Biswanger, i Boss rozumí psychické a fyzické stránce člověka jako neoddelitelné, tedy propojené vzájemnosti. A z Heideggera přejímá tematiku světliny, protože patologie, onemocnění má být vnímáno ve světle zdraví (Kouba, 2006). Nehovoří tedy jen o propojení tělesné a psychické stránky, ale zároveň i propojení rozumění nemoci a zdraví.

To, co se projevuje blíže ke zdraví označuje jako „*normě přiměřené*“ a to, co má spíše patologické projevy, je „*normě odporující*“ (Kouba, 2006). U obou zakladatelů daseinsanalýzy je vidět jejich ovlivnění v tom, že studovali medicínu. Tento přístup je velmi medicínský a souvisí s dneškem, kdy se medicína moc neposunula a stále se nemoc posuzuje jako odchylka od průměru.

Boss podobně jako Heidegger hovoří o privaci zdraví. Je to stav, kde je někdo nemocen a má nedostatek otevřenosti ve vztahu ke světu a jeho možnostem (Kouba, 2006). Patologií je nesamostatnost a nesvoboda, které způsobují neautentický způsob existence. Zdravý jedinec je ten, který je ve své svébytné autentické existenci a samostatnosti.

Pro Bosse je tedy možnost uzdravení skrze autentickou existenci což přejímá od Heideggera. Boss rozlišuje vnímání sebeodcizení a sebezapomenutí na patologické a nepatologické. Mnohem hlubší jsou patologické sebeodcizení a sebezapomenutí než nepatologické (Kouba, 2006). Cílem pro Bosse bylo: „*To všechno ale neznamena nic víc a nic míň než to, že i filozofující lékaři, chtějí-li **nově promyslet lidské bytí**, musejí vždy proniknout až k nejobtížnějšímu a nejzákladnějšímu ze všech problémů, totiž k fundamentálně ontologickému myšlení o „bytí vůbec“, o „bytí o sobě“ v protikladu k „nebytí“, a musejí se tázat, co to znamená, že vůbec něco je a nikoliv mnohem spíše není nic.*“. Daseinsanalýza je možností nového pohledu na lidské bytí. V jeho představách by tak každý lékař vždy přistupoval k pacientům jedinečně a měl by rozumět filosofickým pojmům, které by mu mohly více osvětlit lidskou existenci.

Boss do daseinsanalýzy přináší i výklad snů. Říká, že pobyt si ponechává ve snu i v bdění své bytí (Kouba, 2006). Výklad snů není převzat z díla Heideggera, ale z teorie psychoanalýzy Freuda. Kniha *Výklad snů* patřila k jedním z ústředních děl psychoanalýzy.

Boss (1994) zastával názor, že by analytici<sup>2</sup> k otázce snů a jejich výkladů u nemocných měli přistupovat formou fenomenologického přístupu. To znamená, že nehledají za sny skryté symboly, ale berou obsah snů takový, jaký je. Sen se nějak vykresluje a k tomu se má snící osoba vyjadřovat. Symboly jsou hlavním tématem psychoanalýzy, a proti tomu se daseinsanalýza ohrazuje. Nevidí za různými obrazy něco, co tam není - to se týká i snů. Proto je toto pojetí snů naprosto v rozporu s psychoanalytickým pojetím. Psychoanalytický výklad snů se snaží odcházet od obsahu a hledá symboly, které onen sen zastupuje. Opouští to, co se jeví.

Boss (1994) považuje Freudovský a Jungovský výklad snů za „*svévolné dezinterpretace bez faktické opory*“. Pro něho je jejich výklad snů odbočující od zachycené skutečnosti a interpretace pacientem. Bossovi nejde o rozkrývání významové plnosti skryté za symbolickými zobrazeními.

#### **4.5 Freud v souvislostech daseinsanalýzy**

S. Freud je zakládající otec psychoanalýzy, která měla jednu z hlavních rolí ve vznikající psychoterapii. Díky svému archetypu otce zakladatele, si určoval, jakým směrem se bude psychoanalýza orientovat a jakým ne.

S Heideggerem je spojuje jejich silná osobnost. Oba měli velikou sebejistotu. U Freuda byla tato sebejistota ovšem pokulhávající, jak zmiňují i jeho přátelé – zejména bývalí přátelé. Narušení Freudovy sebejistoty (či jeho teorie) znamenalo konec přátelství. Osobně se nikdy nepoznali. Oba byli velmi neústupní a málokdy schopni diskuze (Condrau, 1998). O tom u Freuda svědčí fakt, že přicházel o přátelé a zapudil i C. G. Junga, protože došlo k rozporu ve vnímání teorie Freuda a Junga. Zakladatel psychiatrické daseinsanalýzy, L. Binswanger, byl jedním z mála, které Freud nezapudil, i když se jejich pohledy na jeho teorii lišily. Dokonce spolu udržovali kontakt i po Freudově emigraci do Velké Británie (Condrau, 1998; Fichtner, 2003; Weissweiler, 2008).

Heidegger svůj zájem o psychoterapii projevil v Bossově psychoterapeutické daseinsanalýze. Tím vyjádřil nějaký kladný vztah ke vznikajícímu směru. A postoj Freuda

---

<sup>2</sup> Zajímavé je i používání pojmů analytici a psychoterapeuti v pracích Bosse a Biswanglera. Oba používají spíše pojem analytik, ale česká škola (Čálek a Růžička) se více vyjadřují v termínech psychoterapeuté.

k filosofii? Freud se k filosofii stavil spíš s výsměchem a ani ji neakceptoval jako samostatnou vědu. Dokonce v jednom ze svých dopisů píše Binswangerovi, zda ho už filosofický ďábel dostal do svých spárů (Condrau, 1998; Fichtner, 2003).

Přesto se ve Freudově teorii občas objevují náznaky filosofie, i když víme, že Freud četl filosofická díla (Schopenhauera a Nietzscheho) až mnohem později. I tak můžeme vidět podobnost mezi psychoanalýzou a filosofií. Zejména tomu je u filosofie A. Schopenhauera. Ten ve svém díle zmiňuje význam sexuality a mechanického vytěsňování. Podobně tomu je i u Empedokla a jeho lásky a sváru. Freud ve své teorii hovoří o Éros a Thanatos. Éros je pud života, který je řízen principem slasti. Thanatos je pud smrti, který je řízen principem nirvány. Ta se projevuje neexistencí utrpení, kterou člověk nalezne ve smrti. Thanatos označuje Freud za absolutní zlo a pramení z něho i agresivita. Heidegger hovořil o bytí ke smrti, ale to nevychází z pudů jako Thanatos. Bytí ke smrti je všudypřítomné a pramení z úzkosti (Condrau, 1998; Drapela, 2011). Tyto dva fenomény jsou ústřední pro Freuda. Sexualita prostupuje jeho celou teorii a vytěsnění je pojem, který je spjat s jeho psychoanalýzou až do současnosti.

Osobnost Freuda a Heideggera spojovalo také jejich mínění, že je to právě on, kdo zjistí pravdu o lidském bytí. Freud svoji teorii postavil na pudové povaze člověka a Heidegger na člověku, pobytu jako umožnění bytí (Condrau, 1998).

Poznání o člověku a věcech umožňuje u Freuda jen matematizující přírodověda. Freud se velmi přikláněl k biologické determinaci jedince. Kultura a společnost nemají na člověka primární vliv. Jsou zde spíš pro vytváření tlaku na libido (Condrau, 1998; Freud, 2016).

Freud svoji teorii opřel o to, že lidská existence je vždy ve vztahu k patologickým fenoménům. Na tom Boss nestaví. Binswanger zas Freudovi vyčítal, že neprojevuje dostačující zájem o filosofii, a to zapřičiňuje jeho až moc mechanický pohled na člověka. Člověk není jen souhrn pudů, které řídí lidský život. Binswanger naopak tvrdil, že člověku je možné porozumět jen jako *dasein* a jeho bytí ve světě (Condrau, 1998; Kouba, 2006).

Revoluční přístup Freuda je rozhodně zaznamenán tím, že se nesnažil jen o přiřazování člověka k diagnóze, i když se tak někdy dělo. Hovořil o tom, že mají příznaky brát jako dění v duši. Snažil se o dynamické porozumění duševním jevům a zaměřoval se na kauzalitu.

Heidegger vyčítal Freudovi, že fenomény a jevy považuje za synonyma (Condrau, 1998). Kauzalita je pro Heideggera motivací – hybný popud, který usměřňuje lidské jednání. Kdežto u Freuda je lidskou motivací libido, které motivuje člověka k jednání.

Psychoanalýza se snažila o nahrazení dosavadních představ o lidských vztazích vyzrálejší formou chápání těchto lidských potřeb. Říkala, že je potřeba, aby člověk žil obklopen lidskými vztahy. Ty nás vedou a jsou důležité pro vývoj (Schwartz, 2003). Přestože Freud věřil v libido, uznával, že člověka usměřňuje společnost, ve které žije. Jeho pojetí bylo ale v negativním smyslu. Společnost je to, co vyvíjí tlak na jedince. Pozdější psychoanalytici takto tvrdý stanovisko už nezastávají.

V čem se liší Freudova psychoanalýza od daseinsanalýzy? Je to chápání svobodné vůle. Freud říkal, že každý duševní jev má svoji příčinu. Svobodná vůle pro něj byla pouhou iluzí. Lidské chování a prožívání ovládalo již zmíněné libido. V psychoanalýze neexistuje nic jako samostatný člověk (Hunt, 2015; Schwartz, 2003). Daseinsanalýza říká, že člověk není nikdy sám, ale rozhodně věří v samostatného člověka, který je zodpovědný za své chování a jednání a nese za to zodpovědnost.

Co bylo Freudovi vyčítáno (a pořád je) je nepodloženost jeho tvrzení nebo chabé podložení jeho tezí – kazuistikami. Sám Heidegger označoval některé myšlenky a tendence psychoanalýzy na špatně srozumitelné (Condrau, 1998). V tom je ale i daseinsanalýza kritizována v souvislosti s Heideggerem.

Nevědomí je ústředním pojmem Freudovy psychoanalýzy. Nevědomé síly ovlivňují chování zdravé i nezdravé, patologické. Nevědomí řídí a motivuje. Heidegger oproti tomu nevyžaduje vědomí ani nevědomí pro to, aby došlo k „zakušení“ dasein. Bytí k smrti o to není opřené. U Freuda je smrt netotožná s prožíváním a s nevědomím. Daseinsanalýza odmítá pojetí nevědomí dle Freuda. Daseinsanalýza se orientuje na jedince teď a tady a zaměřuje se na jeho prožívání, chování v přítomnosti a nehledá skryté symboly.

Freud se při své snaze o definování nevědomí a jeho existence dopouštěl toho, že ty fenomény, které jsou vnímatelné, popisoval jako nevědomé účinky (Condrau, 1998). Symboly jsou velkým tématem v práci Freuda a jeho výkladu snů. V porovnání s daseinsanalýzou jsou symboly naopak nežádoucí v terapii a terapeut by je neměl pouštět

do terapie, a to platí i o volných asociacích. Freud samozřejmě krom symbolů zastával i volné asociace. Říká (2016): „*Zřetel k „toulavým“ jazykovým obrazům, které jsou pod prahem vědomí a nemají být vysloveny, a požadavek, abychom se mluvčího ptali, na co všechno myslel, se zřejmě velice přibližují poměrům při našich „analýzách“.* Také my hledáme nevědomý materiál, a to touž cestou, jenž musíme od nápadu tázaného až k nalezení rušícího prvku vykonat delší cestu komplexní asociační řadou.“. Psychoanalýza se snažila o hledání nevědomého materiálu a odvracela se od teď a tady k minulosti. To daseinsanalýza obrací a snaží se soustředit na to, co se odehrává teď a tady, to, co je a nepřibarvuje ani neoklešťuje to, co se nechává zjevovat.

Výtka od Heideggera (2001) k Freudově psychoanalýze byla i v tom, že člověk i přes léčbu zůstane nesvobodný. A tak tomu skutečně je. Psychoanalýza se dopouštěla redukce člověka na pouhé vnitřní pudy, které motivují jeho jednání a ty ovlivňují vše další. Tím se stala psychoanalýza omezenou pro další rozvoj

Mimo jiné se Freud zabýval obrannými mechanismy. To jsou způsoby, jak se ego brání úzkosti. Stanovil vytěsnění, sublimaci, regresi a fixaci. Tuto práci pak rozpracovala jeho dcera a dnes se uznává větší počet obranných mechanismů (Drapela, 2011). Heidegger (2001) se zabíral introjekcí, což je stav, kdy dítě imituje matku. Tím se stává součástí bytí ve světě své matky. Poukázal i na projekci, kdy své představy přenášíme na druhé. Introjekce a projekce jsou dnes řazeny mezi obranné mechanismy. Obranné mechanismy jsou společným tématem ro Freuda a i Heideggera. Freud je přisuzoval jedinci a je to způsob ochrany ega před napětím, vnitřním konfliktem. U Heideggera mají větší význam v rámci spolubytí, kdy jedinci ukazují, že není sám, ale vždy ve vztahu s druhými.

## **4.6 Terapeut jako básník**

Freud (2016) říká: „*..., jak těžké je pro psychoanalytika najít něco nového, co by před ním nevěděl básník.*“. Terapeut jako básník je spjat s filosofickými základy ještě předtím, než existoval analytik nebo terapeut. Daseinsanalýza se v neposlední řadě snažila přijít s novým přístupem odborníka. Binswanger a jeho žáci a následně Boss a jeho žáci se snažili o formulování fenomenologického přístupu k léčbě pacienta. Jak to vypadalo?

Přirovnat to jde k heideggerovskému pojetí básníka. S daseinsanalytickým přístupem k terapeutovi se velmi doplňují. U obou je potřeba, aby překročili hranice toho, co velmi dobře znají. Překročit důvěrné známý svět a vydat se tomu *strašlivému* (Kouba, 2006).

Na základě stanovených počátků daseinsanalýzy můžeme definovat terapeuta a jeho roli. Terapeut je ten, kdo v daseinsanalýze nese úkol osvobodit pacienta. Pacient je terapeutickým způsobem osvobozen od nesvobody a své nesamostatnosti svého vztahu ke světu. Tato nesvoboda a nesamostatnost jsou pro pacienta zjeveny v souvislosti s neautentickou existencí, která je opakem té autentické. Neautentický způsob existence zapříčiňuje pro pobyt to, že uniká svým nejvlastnějším možnostem a odcizuje se svému původními bytí sebou (Kouba, 2006). Terapeut je v daseinsanalýze brán jako zprostředkovatel na cestě k autentickému způsobu existence. Takovému, ve kterém jedinec přijme sám sebe a své skutky a jednání. Činí rozhodnutí na základě sám sebe a zároveň sám sebe v určité společnosti.

Daseinsanalýza se snaží o umožnění autentického způsobu existence pobytu. Existence člověka je proto možná v plném smyslu. Je to stav, kdy pobyt přijme to, čím je a je ve své bytnosti. Slovy Bosse (1989a): „*Nic ovšem neochuzuje a neškodí tak, jako to, kdyby se toto bytí, zasluhující nejvyšší úctu, a tato možnost „nechat trvat“ časem podrobily stále radikálnější redukci všech věcí pouze na spočítatelné elementární částice a energetická kvanta.*“. Autentický způsob existence pobytu je takový, který není zevšeobecněn a ani omezován ve svém bytí ve světě.

## 5 Daseinsanalytická psychoterapie v dnešních souvislostech

Z fundamentů daseinsanalýzy přetrval směr do dnešních dob. Daseinsanalýza jako směr vychází z faktu bytí ve světě a pokouší se o analýzu lidského prožívání. Rozumí této analýze jako cestě za pochopením a uskutečněním lidské existence (Kratochvíl, 2017). V návaznosti na Heideggerovu filozofii akceptuje existenciální provinilost člověka a jeho dluh nárokům a výzvám, se kterými se setkává. Ovšem daseinsanalýza rozhodně nevyvolává pocit viny jako motivaci pacienta pro léčbu. Daseinsanalytická komunitně-skupinová léčba a výcvik bere společenství psychoterapeutické za základ každé skupinové psychoterapie (Čálek, 2011; Růžička, 2011b).

Tento směr stojí na tvrzeních, že člověk si je schopen zvědomit, co dělá a uvědomit si sám sebe. Jako bytost se vztahy si je schopen uvědomit, že je možnost neexistence vztahů stejně jako existenci smrti. S tím souvisí rozumění úzkosti. Člověk je také schopen činit rozhodnutí a nést za svá jednání odpovědnost. V daseinsanalýze se neohlíží na pacientovu minulost, ale na to, co je teď, a co směřuje k uskutečňování (Kratochvíl, 2017). Jeden z předních daseinsanalytiků v českém prostředí, Jiří Růžička (2011a) říká, že to, co v terapii léčí je „*lidská, osobní, společenská a odborná kultura uplatněná v psychoterapeutických vztazích*“. Terapii vnímá jako sebevýchovu, pokud je uvedena do normálního života. Tato sebevýchova znamená, že jedinec se navrátí k sobě a svému autentickému bytí.

Daseinsanalýza dává důraz na jedinečnost a neopakovatelnost osobnosti pacienta a věnuje mu individuální přístup. Proto ani „neškatulkuje“ poruchy a přistupuje k jejich pochopení jen skrze daného jedince (Kratochvíl, 2017). Oproti řadě směrů je tento směr zvýhodněn svojí jedinečností. Má možnost poznat člověka a nedělá z něj diagnózu. Zároveň z toho ale vyplývá, že tento směr stojí zejména na kazuistikách a není opřen o data-based výzkumy, což může znesnadňovat jeho přijetí v odborných kruzích. Pro mě osobně je ovšem daseinsanalýza tímto individuálním, jedinečným a neopakovatelným přístupem právě zajímavá a příjemná.

Daseinsanalýza přijímá lidskou přirozenost a vnímá ji jako kulturně podmíněnou (Růžička, 2011a). Lidskou přirozeností míní i agresi a sexualitu. V tom se velmi odklání od psychoanalýzy, která tyto záležitosti vysvětluje na základě biologické determinace. Zajímavé je vnímání daseinsanalytické podmíněnosti kulturou. Tento fakt ji může limitovat a

zobecňovat jen pro vybranou skupinu lidí. K tomu ale směřují i další psychotherapeutické směry.

Co je hlavním úkolem v daseinsanalýze? Je to nalezení sebe sama a možnost stát se sám sebou (Kratochvíl, 2017). Čálek (2011) říká: „*Skupinová daseinsanalýza patří k laskavým způsobům psychoterapie. Jedním z jejích léčebných prostředků je minimalizace jakékoliv nátlaku na pacienta*“. Tím nám dává zřejmé vyobrazení daseinsanalýzy – psychoterapie, která je pro člověka a nesnaží se ho dostávat nad jeho limity či ho podceňovat. Přistupuje k životu takový, jaký je. Takto je to zachycené v teorii a praxe může být jiná.

Lidský život vystihuje vztaženost, která vymezuje i bytostné určení, které je vždy přítomné po celý život ještě před vztahy. Vztahy pro daseinsanalýzu patří k životu, je to projev pobytu (Růžička, 2011a).

## **5.1 Zásady daseinsanalýzy**

Jak už bylo řečeno mnohokrát, daseinsanalýza je směr, který vychází z filozofie a psychoanalýzy. Přesto Čálek (2005) tvrdí, že se používaná daseinsanalytická psychoterapie nesnaží o sounáležitost s filozofickými a psychodynamickými interpretacemi. Filozofie je možnost, jak pohlédnout na předpoklady a možnosti léčby. Daseinsanalýza ovlivněna Heideggerem nechává člověka tím, čím je. Nekategorizuje ho, nechává ho porozumět sobě samému z něho samého a způsobu jeho bytí. Podstatou daseinsanalytické psychoterapie je se zaměřit na to, jak pacient rozumí svému bytí (Čálek, 2009; Čálek, 2011). To je to filosofické bez zásahu psychologie. Daseinsanalýza říká, že člověk má rozumět sobě samému ze sebe samého s tím, čím se narodil.

Protože se daseinsanalytická psychoterapie odvolává na fenomenologii a je vystavena na jejich zásadách, snaží se je začlenit do terapie. Už víme, že jednou ze zásad je „*nechat všechno být, čím to je*“. Daseinsanalytici se pokouší o celostní přístup k člověku a jeho bytí. Nesnaží se mu nic přidávat či ubírat. Lidské tělo je součástí bytí ve světě a daseinsanalytici se řídí fenomenologickou zásadou vykládat věc výhradně z ní samé. To se týká i lidského života. Životní příběh je vykládán sám ze sebe samého bez hledání něčeho skrytého nebo něco generalizovat (Čálek, 2011).



Daseinsanalýza neoklešťuje pocity a nechává je svobodnému vyjádření. Skrze řeč by měly být opakovány, tak aby mohly být k nahlédnutí druhým lidem (Růžička, 2011a).

Čálek (2005) říká, že je důležité umět rozlišit v daseinsanalýze vědomí, vědění a porozumění. Vědomí míní jako vědomí něčeho, co je tématikou přítomností u toho, co si uvědomujeme, prožíváme. Vědění je potřebné pro poznání věcí a jejich souvislostí. Vědění je možné s řečí. Porozumění je spjaté s rozvrhem bytí a může být vědomé. Daseinsanalýza nepracuje s pojmy vědomí a nevědomí v duchu psychoanalýzy. Nevědomím míní vztaženost, která je pro nás srozumitelná (Růžička, 2011b). Když si vzpomeneme na biologický determinismus psychoanalýzy, můžeme zaznamenat výtku proti psychoanalýze také co se pudu týče. Čálek (2011) považuje pud za „*umělý pojmový konstrukt, abstrakce*“. Vytýká pudu, že je jen redukce skutečnosti, kterou jedinec prožívá. Další, proti čemu se daseinsanalýza vyhrazuje z teorie psychoanalýzy je vnímání nevědomí jako hlavního zdroje lidské motivace. Pro daseinsanalytiku pudy nacházející se v nevědomí nejsou to, co řídí lidskou bytost.

Jedna z mnoha věcí, který v psychoterapii uzdravuje podle daseinsanalýzy je to, že se pacient může spolehnout že to, co říká, je pravda, je to přijímáno a dostává se mu adekvátní odezvy. Je mu porozuměno a zviditelněno, že duševní nemoc mu brání v této pravdě a svobodě (Růžička, 2011a).

Mezi další daseinsanalytickou zásadu patří přístup ke vztahům. Všechny vztahy jsou původní a pravé. Vztahy jsou v psychoterapii léčebné a vyznačují se zvláštností - o čem a, jak se hovoří. Předmětem nejsou věcné záležitosti, jak už jsme viděli, ale přímo životy pacientů (Čálek, 2011).

Vztahy ve skupině nejsou statické, protože mají určitý vývoj. Jedna z teorií říká, že pacient si vztahy do dané skupiny přinese ze své minulosti. Tyto vztahy se pak vyvíjí v konkrétní psychoterapeutické skupině. K této teorii se daseinsanalýza nepřiklání, protože neakceptuje přenos vztahů do skupiny. Daseinsanalytici podobnost vztahů ve skupině (a s někým mimo skupinu) vysvětlují tak, že to jedinec jinak neumí. Neumí jinak vztahovat, jen na základě přenosu. Neumí pravdivě rozumět a vnímat ostatní lidi. Takové vztahy nejsou pro daseinsanalýzu svobodné. Jsou neautentické, a proto daseinsanalýza má umožnit, aby se změnily. Pacient se má uvolnit a umožnit tak jedinečné vnímání lidí a spolubytí s nimi.

Daseinsanalýza žádá vnímat každého takový jaký je, neredukovat ho na základě předešlé zkušenosti (Čálek, 2011).

Správným postupem je nechat další členy skupiny, aby se pacientovi ukázali takový, jací jsou a on si o nich nevytváří žádné své představy. Pokud to nedokáže, daseinsanalýza odpovídá, že je to z nedostatků dané osoby, která toho není schopna. Členové skupiny, která funguje na léčebném principu, k sobě musí přistupovat s oboustranným respektem a vytvářet pro sebe pocit bezpečí (Čálek, 2011).

Avšak vnímat vztahy přenosem může být pro člověka užitečné. Díky tomu se může základně orientovat a vytvořit si první obraz, který může následně změnit. Ovšem musí být ochoten obraz změnit. Jinak mohou být přenosové vztahy pro terapii škodlivé. Člověk se podobných chyb dopouští i v životě a nedokáže se od nich odpoutat.

Další zásadou daseinsanalytické psychoterapie je *tady a ted'*. Zaměřuje se na člověka, kterému se něco ukazuje a daseinsanalýzu zajímá, jak se mu to jeví. Interakce jsou pravé, pokud probíhají *ted'* a *tady*. Upřímnost je v daseinsanalytickém rozhovoru důležitá. Umožňuje přirozený a neupravený rozhovor. Nedochází k umělému vyvolávání konfliktů. A právě autenticita je dalším bodem daseinsanalýzy. Zejména je její role důležitá v otázce vztahů a chování pro přirozenou a bezprostřední podobu. Skupina je prostředím, kde panuje bezpečí a vzájemná důvěra. Předpokladem pro samostatnou a autentickou životní cestu je nepodmíněně přijetí sebe sama (Čálek, 2011; Růžička, 2011a).

Tento směr se odvolává na to, že je jejich terapie o přirozenosti. Nejde jim o dokonalost, ale snaží se o změnu nastavení, která přetrvá. Naladění, které se změní, a změna zůstane (Čálek, 2011). Nemyslím si, že je to něco, čím je daseinsanalytická psychoterapie jedinečná. Pokud někdo dělá terapii, má podobné nastavení a nemusel projít daseinsanalytickým výcvikem. V terapii, která je vždy neopakovatelným zážitkem, jde o změnu nastavení člověka. Terapeut jde do tohoto procesu s trvalým záměrem, ale přijímá nedokonalost, která může nastat. Jako příklad si můžeme vzít terapie lidí se závislostí. Terapeut ví, že může nastat recidiva. Nechává klienta, aby si vybral a neklade na něj tlak, aby byl dokonalý a bez omylů. V českém prostředí takto vystupuje například *Drop in*

*centrum následné péče*<sup>3</sup>, kde se může klient svobodně rozhodnout, jakou cestu/životní styl zvolí a je to akceptováno.

V neposlední řadě daseinsanalýza pracuje i se schopností říct ne. Jedinci se naskytují vztahové možnosti, což jsou konkrétní způsoby vztahování se k oblastem života (Čálek, 2011). V této terapii má jedinec možnost říct ne a zastavit to, co mu není už příjemné. Není do ničeho tlačěn.

Daseinsanalýza se v návaznosti na své kořeny zabývá smyslem existence, kterým je transcendence. To můžeme rozumět jako moment osvětlující do celku jsoucího. V úzkostech se ukazuje smysl našeho umístění, vrženosti ku světu. Každý smysl je jedinečný a zároveň jedinečný k určité situaci. Smysl je nacházen přes svědomí a tím svědomím rozumíme určitou schopnost, kterou má člověk. Je to tvořivé a nutí člověk jednat podle sebe, ne podle společnosti. Přes to se nachází smysl (Frankl, 2021; Patočka, 1996). Adler (2020) říká, že žít znamená vyvíjet se. Ukazuje to na příkladu velikých neúspěchů, které nás donutí k přemýšlení. Ten, kdo je ochoten ke změně ve společnosti druhých, dokáže uvažovat o smyslu života. Toho není schopen ten, kdo se snaží o získání převahy.

Lidé se setkávají se svým logem (smyslem života) při setkávání v psychoterapii. Zde dochází k setkávání dvou osob. Lidská bytost je otevřena světu a být lidskou bytostí znamená potkat se se smyslem. Bytost je autentická, když přesahuje sebe sama a je prožívána. Lidský osud je nevyzpytatelný, nikdy nevíme, jestli se věnujeme skutečnému či falešnému smyslu (Frankl, 2021; Patočka, 2002). To nám osvětlí až čas

## **5.2 Zdraví a svoboda**

Daseinsanalýzu už od počátku (Binswanger) zajímalo, jak dochází u člověka k uzdravení. Pro daseinsanalýzu je okamžik uzdravení moment, kdy se člověk obrátí ke svobodnému rozhodnutí. Zdraví je spojené se svobodou a svobodné rozhodování znamená zdraví. To se odvíjí od konečnosti lidské existence. Nemoc zasahuje celou lidskou existenci (Čálek, 2005; Růžička, 2011a).

---

<sup>3</sup> <https://www.dropin.cz/centrum-nasledne-pece/> MM.

Zlomovým bodem je v našem bytí úzkost. Ta nám ukazuje, že věci, které máme, mohou během okamžiku ztratit hodnotu a význam. Úzkost nám zprostředkuje možnost vidět sebe sami ve vší naší zvláštnosti či neobvyklosti (Patočka, 1996). To můžeme vnímat jako možnost zahlédnout svoji jedinečnost.

Vznikne-li nějaké onemocnění, které má psychosomatický ráz, je to následek celkového způsobu bytí z fenomenologického pohledu. Dochází k narušení vztahových možností (Čálek, 2011).

Skutečnost se stává cizí právě v úzkostech a ztrácíme tak své dosavadní vnímání domova. Úzkost dává člověku pocítit, co to znamená žít, být na světě. Ukazuje mu, že je to něco omezeného, co ho drží nad „propastí“ (Patočka, 1996). Zažít úzkost nemusí být spjaté jen s nepříjemným zážitkem, ale může člověku odkrýt smysl. Úzkost je možností v Heideggerovi filosofii a je na ní pohlíženo pozitivně. Je to možnost, jak dojít autentickému způsobu existence.

Lidská existence je spjata s možnostmi. Člověk z těch, které se mu nabídnou, vybírá. Jeho výběr musí odpovídat jemu samému, aby to odpovídalo jeho možnosti být sám sebou.

Svoboda je pro daseinsanalýzu spjatá i s odpovědností. Lidská odpovědnost za své činy a jednání je pro daseinsanalytickou psychoterapii zásadní. Tato odpovědnost vyplývá z lidské konečnosti a omezenosti. Co si člověk ve svém životě volí, za to přejímá plnou odpovědnost. Čemu se bude člověk věnovat, na co dá svůj čas, za co odpovídá, to určuje svoboda daného jedince (Čálek, 2005; Čálek, 2011).

Zdravý člověk je ten, který je svoboděn. Svobodné rozhodování je to, kde si člověk zvolí z možností a přejímá to na své svědomí. Svědomí je vztahem. Toto přejímání znamená převzít odpovědnost a tedy vinu. Jak jsme to mohli vidět už u Heideggera (2018) moci být sám sebou je spjaté s být vinen. V této kapitole můžeme vnímat propojení daseinsanalytického základu v současné daseinsanalytické psychoterapii velmi často.

O zdravém jedinci dle daseinsanalýzy už máme představu. Jak ale vypadá nemocný člověk? To je ten, který má narušenou lidskou svobodu. Nenaskytují se mu možnosti v jeho rozvrhu bytí a není možnost z nich vybírat. Pro něho není možné převzít odpovědnost a vinu (Čálek, 2005).

Dochází-li k nesouladu mezi prožíváním a jednáním, nachází se člověk v nesvobodně zúžené možnosti. V rámci psychoterapie má dojít ke sladění - a to je její hlavní cíl. Změnit nesoulad v prožívání a jednání na sladění pocitů. Není to jen sladění pocitů, ale je to i sladění sám se sebou. Dokážu prožívat s tím, co se mi zjevuje a tím dokážu být svobodným člověkem.

Svobodný (a tedy zdravý) člověk je sám sobě celistvou bytostí bez nesouladu prožívání a jednání. Daseinsanalýza nemá v psychoterapii jen daseinsanalytické cíle ale i fenomenologické. V psychoterapii je nemoc brána celostně, celý člověk je nemohoucí. Narušení fyzického stavu může narušit i psychický stav. Cílem je uzdravit člověka tak, aby opět měl svobodnou možnost sladit se s tím, co se mu zjevuje, a co potkává (Čálek, 2005; Růžička, 2011a).

Tělesná nemoc může narušit svobodu, na kterou jsme navyklí. Ale duševní nemoc je narušení nejen svobody, ale i nás samotných, tedy naší identity. Tělesná nemoc může pominout a my se navracíme sami k sobě. U duševní nemoci tomu tak nebývá. Bolest je v tělesném spojena s mučením orgánů těla. Duševní bolest neničí tělo, ale vztahy daného člověka a tím proměňuje jeho svět. Po prožití začne člověk svět vnímat jinak (Růžička, 2011a). Velmi často se stává, že po prodělání posttraumatické stresové poruchy změni lidé svůj dosavadní život. Joseph (2017) ve své knize *Co nás nezabije* popisuje případy posttraumatických stresových poruch, kdy lidé po prožití traumatu a prodělání PTSP, změni dosavadní život. Ukončili vztahy, práci, opustili domov a začali žít, tak jak chtěli nebo o tom jen snili. Na tomto případě můžeme zaznamenat, že duševní onemocnění změni dosavadní vnímání světa a člověk se k tomu starému jen tak lehce nevrátí. Růžička (2011a) tedy říká, že tělesná nemoc nás může pozměnit, ale nezasahuje do naší identity. Otázkou ovšem je, jak taková amputace končetiny (tedy tělesná nemoc) bude mít vliv na identitu. Pro mnohé jedince to znamená změnu dosavadního vnímání světa a snaží se o změnu přístupu ke světu. Může toto tělesné narušení ohrozit identitu jáství? Určitě ano, protože fyzické onemocnění nelze vnímat jen v jedné rovině. V duchu Heideggera je nemoc projevena ve všech třech rovinách.

Duševní nemoc je nemožnost svobodného rozhodování. Je to nemožnost být sám sebou. Takový člověk je nesvobodný. Jeho vztahové možnosti jsou omezené, protože se

nechává ovládat „vodítky“. Při duševní nemoci nestačí životní vodítka danému jedinci k tomu, aby mohl být svobodný a samostatně existovat. V rámci terapie se terapeut orientuje na tyto vodítka a snaží se o jejich proměnu. Snahy terapeuta musí být s láskou, protože vodítka jsou velmi emoční. Nejsou vystavena jen na racionální. Vodítka jsou dostupná vědomí, a to v podobě úzkosti, studu, viny či dalších (Čálek, 2011).

Duševně nemocný člověk má narušené i naladění (Čálek, 2005). Naladěním míníme nastavení, kdy člověk přistupuje k tomu, co se mu zjevuje, s čím se setkává v otevřenosti. Narušené ladění znamená, že toho není schopen - není schopen přistupovat k věci či osobě tak, že se mu může představit sama ze sebe. K tomu by měla vést terapie, která se má zaměřovat na proces naladění.

V rámci terapie jde daseinsanalytikům o umožnění svobodné a samostatné existence (Čálek, 2011). Nemocný člověk se promění ve zdravého, když se naučí být sám sebou, dokáže rozumět sobě samému, a i svému bytí. Zdravý člověk převezme realitu a život takový jaký jsou – nese odpovědnost. Co může tento proces zpomalit je naladění na vinu, protože to narušuje sebezpřijetí pacienta. Například obviňování se za minulost do terapie nepatří. Může se to objevit, ale pacient by měl umět to přijmout, nechat být a navrátit se k teď a tady.

Při uzdravování dochází ke změně. Pacient se oprostí od svého jednostranného chápání a rozumění sobě samému, světu a stává se svobodným. Je svobodný a odpovědný za situace, se kterými se setkává. Naskytnou se mu možnosti, kdy jako svobodný má možnost vybírat, vnímat, prožívat. V daseinsanalytické psychoterapii je cílem pracovat s pocity jedince tak, aby došlo k trvalé změně negativní pocitové motivaci (Čálek, 2011).

Ovšem toto opět není myšlenka jen daseinsanalýzy. Tímto postupem je známější racionálně emoční behaviorální terapie (Fryer, 2021), která je více specifická, co se postupu týče. Má stanovené přesné techniky, kdy zviditelňuje samotnému pacientovi, jak jeho negativní pocitová motivace je iracionální. V tomto případě oproti daseinsanalýze nepracuje jen s pocity, ale i racionálním. Práce s pocity není cílem jen konkrétního psychoterapeutického směru, ale má to být cíl psychoterapie obecně. Takto definoval i Tippet (2015) psychoanalýzu – jejím terapeutickým cílem je změnit emoce skrze racionální vhled.

### 5.3 Porozumění

Mezi další důležitá témata daseinsanalýzy spadá porozumění, které má filosofický význam. Jedná se o vhléd, který vykazuje celkové bytostné rozhodnutí a vede ke změně způsobu bytí. Mluvíme zde o otřesu, který umožňuje existenciální změnu a změnu způsobu bytí. Porozuměním míníme něco přirozeného a celostního. Člověk je už předem emočně naladěn, připraven porozumět a nechává vše být tím, čím je - neredukuje ani nepřidává. Porozumění souvisí s rozvrhováním. Jedinec dokáže rozvrhovat vlastní bytí proti horizontu bytí vůbec (Čálek, 2005; Čálek, 2011). Tato myšlenka vyvstává z fenomenologických základů. Člověk je umožněn ve svém bytí ve světě takový, jaký je. Je narozen s porozuměním světu a s tím i přichází do terapie. Sám sobě a lidem už nějak rozumí. Daseinsanalýza mu má umožnit, aby toto jeho přirozené rozumění nic nezakrylo a nijak nerozvíjelo do skrytých symbolů.

Daseinsanalytická psychoterapie se zabývá tím, jak pacient rozumí svému bytí. Jak se dokáže vyznat v tom co je, co se mu zjevuje, jak tomu rozumí. Čálek (2011) říká, že fenomenologický přístup je založen na tom, že člověk už si nějak rozumí a svému bytí. Právě z toho vychází daseinsanalýza. Nesnaží se o náhlé uvědomění, ale porozumění toho, co jest. Ovšem daseinsanalýza ve fenomenologickém přístupu zohledňuje i omyly v porozumění.

Porozumění je pro fenomenologii důležité, tím pádem i pro daseinsanalýzu. V porozumění se zjevují významnosti a souvislosti. Porozumění je pravá přirozenost, která není řízena základními biologickými potřebami. Porozumění je řízeno vztahovými životními možnostmi daného jedince (Čálek, 2011).

### 5.4 Řeč

V daseinsanalýze není řeč jen prostředek komunikace, ale doprovází porozumění. Řeč nám otevírá a rozvrhuje život. Jen v určitém rozvržení se můžeme dorozumět a toto rozvržení určuje, jak se dorozumíme. Řeč nám otevírá horizont, na kterém se vše zjevuje a musí být součástí i daseinsanalytického rozhovoru (Čálek, 2009; Čálek, 2011).

Daseinsanalytická psychoterapie převzala heideggerovskou myšlenku, že řeč je domovem bytí. Není proto překvapivé, že daseinsanalýza klade důraz na rozhovor. Na něm je terapie vystavena a rozhovorem se daseinsanalýza snaží odlišovat. Rozhovor je pro

daseinsanalyticky unikátním prostředkem léčby pacienta. Je to místo, kde se nechá vše vyjevit takové, jaké to je a pacient si k tomu sám dochází.

Řečí můžeme rozumět jako vztahu, o který je potřeba pečovat, protože jinak dojde k jeho rozpadu. Proto se člověk musí vztahovat ke světu. K tomu vztahu přináležejí logos, které nás drží pohromadě v celku a jednotě. Dorozumívání se pomocí řeči jsou charakteristiky člověka. Řeč nám umožňuje orientovat se v tomto světě a naladit se na horizont druhého, čímž umožňuje posunout horizont a změnit dosavadní chápání a zkušenost - tím dojít ke zdařilé léčbě (Kralíčková, 2009).

## 5.5 Rozhovor a terapeut

Daseinsanalytická psychoterapie se snaží o uvádění do slov všechno, co se člověka týká. Uvádění do slov může člověku přinést jiný pohled. Rozhovor může změnit to, jak pacient sám sobě rozumí a jak rozumí svému bytí.

Terapeut se v daseinsanalýze zaměřuje na subjektivní zkušenost daného jedince. K této subjektivní zkušenosti může proniknout skrze vcítění (Kratochvíl, 2017).

Rozhovor v daseinsanalýze je o naslouchání, které je respektující a pozorné nejen k pacientovi, ale i k tomu, co říká. Je tedy vyžadována i rozumějící účast, čím se myslí, že pacient a terapeut jsou ve spolubytí a u vysloveného. Samotné respektující naslouchání je založeno na tom, že sám člověk je řečí a nelze tedy zjednodušovat řeč výkladem, protože by došlo k zjednodušování i člověka. Daseinsanalytický rozhovor si zakládá i na bezprostředním přijetí a účtě k jedincům. Toto bezprostřední přijetí vychází z nezbytnosti, které se vystavuje v rozhovoru autenticky – nově a nezahlceně. Společně hledají správné výrazy proto, co je vysloveno, aby to bylo „*přiléhavé*“ a hledají i smysl, co to znamená. Je běžné, že v tomto typu rozhovoru jsou časté rozšiřující otázky na to, co klient vysloví. Díky rozšiřujícímu dotazování, se rozhovor dostává do relevantních kontextů. Rozhovor je prostředkem, jak dostáhnout dialogu, který je nám prostředkem ke zpřítomnění věci a zahlédnutí druhého. Skrze dialog můžeme uslyšet i sami sebe (Kralíčková, 2009; Růžička, 2011b).

Daseinsanalytický psychoterapeut je průvodcem. Oproti pacientovi by měl být o krok napřed a orientovat se. Terapeut dává pacientovi možnost orientovat se sám a prozkoumat vlastním úsilím to, co se mu zjevuje, co k němu promlouvá. Slovy Čálka (2011): „*Úlohou*



*daseinsanalytického psychoterapeuta je naznačené ladění vnést do celkového skupinového dění a trvale je tam udržovat. Jmenovitě jde o to, aby členové skupiny spolu mluvili v ovzduší vzájemného respektu a celkového pocitu bezpečí, který umožňuje se vyjadřovat upřímně a důvěrně“.* V tomto prostředí se uskutečňuje daseinsanalýza, která je založena na otevřenosti a autenticitě. To je okamžik, kdy „spadne maska“ a vyjeví se, co pacient cítí a prožívá.

Vhled do pravdy lidského bytí umožňuje fundamentální porozumění (Čálek, 2005) a pravda nastává v rozhovoru. Pacient má vždy v rozhovoru pravdu, ale je důležité vědět, co je zamýšleno pravdou v tomto případě. Pravdu chápeme jako mínění či názor. To je v rozhovoru akceptováno. Terapeut na to reaguje s adekvátní emoční podporou. Řeč musí být v rozhovoru otevřená, protože to vede k porozumění. Terapeut i pacient jsou ve vzájemné důvěře a otevřenosti, která vede ke vzájemnému porozumění v rozhovoru.

Rozhovor v daseinsanalýze má být oproštěn od odborných termínů a má být co nejlépe srozumitelný. Iniciativa je na klientovi, on má ve svých rukou tempo rozhovoru, a i jeho obsah. Daseinsanalýza se snaží, aby klient rozuměl dané věci, situaci a nežádá po něm náhlé uvědomění (Čálek, 2005). Otázkou je, nakolik je daseinsanalýza schopna se odpoutat od své „odbornosti“ a při tomto odpoutání stále zůstává daseinsanalýzou a není jen běžnou terapií jako další směry.

Terapeut by měl v rozhovoru přistupovat k pacientovi s fenomenologickou zdrženlivostí (Čálek, 2011). To znamená to známé fenomenologické *nechat věci být tím, čím jsou*. V daseinsanalytickém rozhovoru nesmí vlastní projektování narušit terapii. Terapeut ani pacient se nesnaží o překračování vyjeveného a ani se nesnaží o jeho omezování.

Co by určitě neměl terapeut využívat v tomto druhu psychoterapie je technika „zrcadlení“. Čálek (2011) o ní hovoří jako o „*mocenském paklíči*“. Jestliže ve skupině či komunitě terapeut či terapeutové umožní tuto techniku, dávají tak najevo, že názor skupiny je pravdivější než názor a mínění o sobě samém určitého jedince. Víme, že není pravda, že skupinový názor musí být za každou cenu pravdivější. Může to ovšem v pacientovi vyvolat pocit, že do dané skupiny nepatří, že je vyloučen a vyřazen. To může být pro terapii škodlivé a vést k ohrožujícímu účinku – poškodí a neuzdraví.

Krom zdržování se očekávání musí daseinsanalytičtí terapeuti opustit od nátlaku na pacienta. Neočekávají od něj výsledky ani dokonalost, jak jsem už rozebírala a toto nastavení vytvářejí i na straně pacienta. Pacient si je vědom, že na něj nikdo neklade očekávání. Účinnost a nějaké pevné výsledky umožňuje právě nenásilný průběh terapie v rozhovoru (Čálek, 2011). Pacient může mít pocit, že je na něj kladen tlak, aby postupoval a byly viditelné výsledky vedoucí k dokonalému obrazu. S tím se může potýkat i terapeut, na kterého tyto požadavky může klást pacient a vyžadovat po něm, aby se choval dle nastaveného ideálu.

Co je a co není obsahem terapie v daseinsanalýze? Daseinsanalýza nezakazuje žádná témata. Je možné mluvit o všem. Povolená je jak minulost, tak budoucnost a přítomnost. Probírat se může jak to pozitivní, tak i to negativní (Čálek, 2011). Toto nám ovšem nic speciálního neříká. Přeci jen toto pravidlo je umožněno spoustě psychoterapeutickým směrům. A myslím si, že to je i pozitivní využití terapie. Jedinec může probrat to, co jinde nemůže a má na to adekvátní reakci od svého terapeuta.

V rozhovoru se dle daseinsanalytiků odkrývá smysl potíží. Terapeut nechává téma terapie na pacientovi a to, jak se v něm dokáže pacient orientovat. Neměl by vytvářet interpretace a podsouvat je pacientovi ani nějaké řešení. (Růžička, 2011b).

Jako výtku daseinsanalýze dávám to, že nespecifikuje, jak dojít k naplnění všech svých velkých témat? Jak mohu jako terapeut dokázat, že jedinec dokáže vše dát do slov? Jak docílím, aby nechal věci jevit jen tím, čím jsou? Pro některé jedince se nejedná o samozřejmost. Zejména ti, kteří nikdy nemuseli toto zakoušet. Daseinsanalýza je těžká na postup, a protože nedává konkrétní návod na postup, jedná se spíš o metodu. Tím může dojít k tomu, že se v ní člověk ztratí.

V Růžičkově kapitole o rozhovoru v daseinsanalýze (2011b) říká, že daseinsanalytik vezme to, co pacient a znovu mu to předloží s tím, že je na pacientovi, zda to přijme. Jinými slovy zopakuje to, co řekl pacient, akorát jinak, a to může být velmi ošemetné. V krajních případech to může vést k tomu, že daseinsanalytik převzal něco nějak a vrací to pacientovi tak, jak to on sám nemyslel. Pacient to může odsouhlasit a zvnitřnit si pohled terapeuta - a ne svůj vlastní. Tento styl vedení rozhovorů může být „skrytým tréninkem“, jak přistupovat

k situacím v životě a jak reagovat. Pokud terapeut není s odstupem, může vést pacienta svým směrem, k odpovědím, které sám vyžaduje.

## 5.6 Skupina a komunita

Mezi psychoterapeutické mody patří komunita a skupina. Daseinsanalýza zastává názor, že psychoterapeutická skupina nemůže být jen skupina, ale měla by být založena na komunitním pojetí. Skupina by měla být taková, jak daseinsanalýza rozumí komunitám.

Daseinsanalýza vysvětluje oboje. Komunita a skupina jsou spolu souvisejí a navzájem se doplňují a ovlivňují. Daseinsanalýza přistupuje i ke komunitě či skupině fenomenologicky – celostně. Vnímá skupinu či komunitu jako fenomén spolubytí a nejedná se jen o součet jedinců. Daseinsanalýza vytváří společenství, kde dochází k otevřenosti jako spolubytí u věcí. Rys spolubytí se vyznačuje ve společném uchovávání a udržování otevřenosti. Spolubytí se vyznačuje existenciálními aktivitami, což mohou být práce, boj, láska (Čálek, 2011; Růžička, 2011a).

Daseinsanalýza jako svoji odlišující zásadu vnímá fungování psychoterapeutické skupiny či komunity a jejich odlišnost běžných společenství. Pro ně psychoterapeutické skupiny či komunity mají léčebný charakter, proto je tam otevřenost naladěna jinak. Dochází k léčbě celé komunity či skupiny a je kladen důraz na každého jedince a jeho způsob života. Kdežto v běžné skupiny mají obsahem jen věcné záležitosti (Čálek, 2011).

Další psychoterapeutické směry k tomu přistupují podobně. Svě skupiny či komunity vnímají léčebně, kde se klade důraz na každého člena a jeho způsob života a neřeší se jen běžné věcné záležitosti.

Skupina a komunita mohou být pro terapii velmi podporující. Nabízejí pacientům vícero pohledů a příběhů ze života, se kterými mohou souznít. To nabízí sounáležitost, která utuží skupinu či komunitu a nabídne podporu a dostatečnou emoční odezvu. Na druhou stranu může u jedinců vzbudit pocit neúspěchu a porovnávání se s ostatními, což může vést ke konfliktům, které naruší práci ve skupině či komunitě.

Daseinsanalýza dělá rozdíl v pojetí mezi skupinou a komunitou. Skupina je zaměřena na rozhovor a výklad. Ale v komunitním rozsahu jde o spolubytí, které je teď a tady, bezprostřední a přirozené. Spolubytí vystihuje soudržnost a spolupráce. Spolubytí je

prostoupeno láskou a péčí. Je zde i vzájemná pomoc a výchova. Členové jsou ve spolubytí odkázáni jeden na druhého. V otevřenosti jsme prostoupeni druhými a tím nás formují. Aby toto otevření mohlo trvat ve spolubytí, je potřeba se navrátit k sobě samému. Člověk není nikdy sám, vždy je s druhými. Musí ovšem zvládat i návrat k sobě (Čálek, 2011; Růžička, 2011a).

## 5.7 Daseinsanalytický psychoterapeutický výcvik

V českém prostředí je možnost absolvovat daseinsanalytický výcvik, který zaštituje Pražská vysoká škola psychosociálních studií. Garantem výcviku je Doc. PhDr. Jiří Růžička, Ph.D. a jeho vedoucími Dita Vejdělková, MUDr. Zuzana Pindřáková, Mgr. Josef Řehák a prof. Tavel.<sup>4</sup>

V tomto výcviku jde o procvičování pravdivosti vlastní existence, upřímnost, nepředpojaté odpovídání a otevřené vyjadřování. Jak žít v pravdě bytí s druhými a se sebou samým (Růžička, 2011a). Nemyslím si, že je to něco, co je vlastní jen tomuto směru. Toto by mělo být hlavním stanoviskem každého psychoterapeutického výcviku, jestliže se jedinec připravuje na terapie s lidmi.

Tento výcvik si zakládá na bezpodmínečném přijetí svých členů a aby jejich chování bylo otevřené, autentické a teď a tady. Členové se navzájem přijímají s úctou a respektem. Vytváří mezi sebou důvěru a blízkost a snaží se o zbavení se nějaké žárlivosti či závisti. Netrestají (Růžička, 2011a).

## 5.8 Daseinsanalytický výklad snů

*„Daseinsanalyticky fenomenologický přístup se ve srovnání s květnatými a košatými výklady snů v jiných psychoterapeutických směrech a školách může jevit jako příliš střízlivý, a dokonce zbytečně omezující. Vyhýbá se všem vyspekulovaným modelům, schémátům, symbolům apod., ...“* Jak říká Čálek (2016), výklad snů v daseinsanalýze se odlišuje tím, že vykládá jen to, co se ukazuje a nezachází do skrytých míst. Tato jeho strohost není brána jako omezení, ale soustředění se na teď a tady.

---

<sup>4</sup> <https://www.pvpsps.cz/seminare-a-vycviky/daseinsanalyticky-vycvik/>

Daseinsanalýza si zakládá na výkladu snů, které do její praxe zavedl už Boss. Značně se inspirovala v psychoanalýze, ale k jejich výkladu přistupuje jinak. V psychoanalýze jsou sny podle Freuda promítnutím splněných snů - daseinsanalýza na to pohlíží odlišně.

Sen přirovnávají k existenciále. Je to zvláštní dimenze bytí (Růžička, 2016). Snění dodává existenci původní a neodvozený charakter. Bdělý a snový existování se odlišuje, ale souvisí spolu. Oboje patří do našeho bytí ve světě, protože i když spíme, máme pocit skutečnosti. Když jsme vzhůru, občas pro změnu utíkáme do snu nebo nemůžeme uvěřit tomu, co se stalo a považujeme to za pouhé snění. Ve snění od nás nejsou očekávány reakce a v tom se liší od bdělého stavu, protože ve bdělém stavu musíme reagovat a nějak jednat (Čálek, 2016).

Výklad snů je forma psychoterapeutické diagnostiky. To si ovšem nesmíme plést s psychiatrickou či klinicko-psychologickou diagnostikou. Výklad snů, jako terapeutická diagnostika, se zajímá o sny, které jsou přirozeným projevem člověka v jeho neomezeném vnímání a projevech. To o člověku vypovídají i sny. Výklad snů umožňuje pacientovi se lépe poznat a rozumět. Může zlepšit jeho sebedůvěru a ovlivnit pocity. Je to pro pacienta úkolem, zároveň mohou sny být pro terapeuta znamením, že dochází u pacienta ke změně, které si ani on sám nemusí být vědom (Čálek, 2016).

Proces výkladu snu se skládá nejdříve z prvotního výkladu snu snící osobou. Do toho terapeut nezasahuje. Po jejím výkladu se terapeut optá, jak tomu snící osoba rozumí a zda žádá výklad. Terapeut zrekapituluje výklad snící osoby a ověří si, zda s tím souhlasí. Pak terapeut přistoupí k dotazování. Následně se snaží o hledání významností a souvislostí. Ideálem je, aby to vyslovila sama snící osoba. Pokud nastane situace, že se k porozumění neblíží, může terapeut vložit svůj výklad a zda ho snící osoba přijme. Porozumění snu se pak snaží obě strany zapojit do běžného života snící osoby (Čálek, 2016).

Sen je nám zprostředkováním toho, jak existujeme ve světě. Snění k nám promlouvá, je to druh řeči. Jedinou a pravou skutečností jsou fenomény, které se jeví. Daseinsanalýza nic neredukuje. Přijímá vše, co se zjevuje a ke snu přidává. Tento druh fenomenologie neříká, že věci, které se zjevují, nemají ukrytý význam a smysl, ale nehledá je za zjevnými danostmi. Hledá je přímo ve věcech samých. Při výkladu snů se vše, co se zjevilo, ponechá tomu, co to běžně je (Čálek, 2016). Ve snu se nehledají symboly na rozdíl od

psychoanalytického výkladu. Místo se symboly pracuje daseinsanalýza s významy a souvislostmi. Daseinsanalytický výklad se zabývá jevovou rovinou a snaží se o smysluplnou srozumitelnost.

Sen nám dává informaci o vztahové možnosti snícího. Obrací se k němu pozornost, která nás informuje, jak je na tom se způsoby vztahování a chování. Sen je neřízen žádnou další osobou. Je to jen výplod významů a souvislostí, které ho obklopují za bdělého stavu. Snění je druhem řeči, ale jedná se spíše o promlouvání k sobě samému, protože nám ukazuje něco, co si nemusíme ani uvědomovat (Čálek, 2016).

Pro daseinsanalytiku je ústřední to, že sen snící osoba vyloží druhé osobě a až tam může být poznán a tam začíná výklad. Pro snící osobu mohl být sen nedůležitý a nesrozumitelný. Ve snu se toho objevuje mnoho a může to působit zmatečně a je těžké se v tom orientovat. Daseinsanalýza si v tomto zakládá na důležitém výkladu, který do snu vnese sladěné porozumění, proto se ve výkladu musí na sebe osoby naladit, a pak může dojít ke vzájemnému porozumění.

Daseinsanalytický výklad snů respektuje jedinečnost a neopakovatelnost jako daseinsanalýza samotná. Skrze dotazování se dobíráme tomu, jaký vztah k tomu daná osoba má. Je to proces, na kterém se podílí snící osoba i terapeut a výsledkem je dialog. Terapeut je v dialogu doprovázejícím, který pomáhá snící osobě k porozumění. V dialogu se dotazováním terapeut snaží napomáhat o zviditelnění snu, který se zdá nemožné pochopit. Jeho dotazování musí být otevřené a zaměřené na snové jevy a jejich souvislosti. Terapeutovo dotazování nemůže být takové, které by ovlivnilo vnímání snící osoby. Nesmí ho nijak navádět, ale daseinsanalýza říká, že terapeut může nabídnout svůj výklad snu, pokud i po mnoha otázkách sen snící osobě stále nic neříká. S terapeutovým výkladem musí snící osoba souhlasit (Čálek, 2016). Co když výklad terapeuta přijme snící osoba za svůj, i když ji to tak nepřijde? Co když terapeut použije manipulativní fráze, které snící osobu ovlivní?

Snící osoba může výklad snu kdykoli zastavit. Tato ochrana snící osoby dostačující? Čálek (2016) říká, že výklad snů není invazivní, protože se osoba o sobě nedozvídá více než chce. Ale pokud ji terapeut nabídne svůj pohled, může přijít přeci s něčím, co snící osoba o sobě nevnímala. Jak tedy terapeut pozná, kde je hranice? Na to daseinsanalýza nenabízí odpověď, ale takový situace se už neoznačuje za daseinsanalytický směr. Boss (1989b)

k tomu říká: „*Nesrovnatelně častěji ovšem psychoterapie ztroskotává na tom, že se u nemocných připustí agování bez hranic. Nevymezí-li terapeut pacientovi pevné meze agování tam, kde začíná být i jen nepatrně dotčena terapeutova svoboda ve vztahu k pacientovi a kde hrozí, že začne kolísat terapeutova stabilita a sebeovládání, upadne proces psychoterapie nezadržitelně do chaosu a analytik se pro svého bývalého pacienta stává nejlépe nenáviděným člověkem.*“ Terapie musí mít hranice a ty začínají tam, kde je ohrožena svoboda terapeuta. Ten by měl jasně stanovit, kam až se může dojít. To je terapeutova zodpovědnost, neotevírat témata, která by mu mohla zatemnit úsudek a sám se v nich neorientuje. Má zodpovědnost vést to tak, aby byl schopen to snést a dokázat zastavit. Terapie v první řadě nesmí ohrozit a poznamenat.

Čálek (2016) říká, že traumatizování osobě hrozí, když naopak výklad snu nejde plynule a nastane už jediná možnost, že terapeut nabídne svůj výklad. Proč výklad vážně si zdůvodňuje tak, že se snící osoba snaží zamezit pocitům, které ji ohrožují při výkladu. Tomu by měla zabránit sama snící osoba, že výklad snu zastaví a nedovolí, aby se dál pokračovalo. Obě strany to respektují i za cenu, že se oddaluje sebepoznání a pravda. Další situace, která může být traumatizující je to, když se snící osobě něco zatajuje a ona to pozná. Tím si může začít situace příliš přemýšlet.

Sen nepřináší nové informace, které by byly zlomové. Pro snící osobu to není převratné jako tomu bývá u psychoanalýzy. Snění v tomto případě ukazuje na to, co je podstatné a co by mělo být viděno. Ale snící osoba má tu moc, že říká, co bude a co nebude viděno (Čálek, 2016). Pokud snící osoba není upřímná a nesdělí celý obsah snu, je to mez při výkladu, který může přijít do slepé uličky. Snící osobě může být výklad snu nápomocný k lepšímu porozumění toho, co se zdá zmatečné.

Momenty, kdy může dojít k zamezení správného výkladu snu klade daseinsanalýza zejména na stranu snící osoby. Může to být tím, že snící osoba ve snu nenechá být, to, co je, čím to je. Vysvětluje si to jinak – symboly. Pak se také může uchýlovat k volným asociacím a tím zamezuje odkrývání souvislostí a významů. Nebo významy jen redukuje na subjektivní psychickou projekci (Čálek, 2016).

Daseinsanalytický výklad snů se ohrazuje pro asociacím. Je zajímavý významy, kde se zůstává u toho, co je zkoumáno. Asociace jen odvádí pozornost a tím se nedocílí pravdivého

výkladu. Výkladu se docílí tak, že ze všech údajů, které máme k dispozici, vplyne smysl a smysl nám vystihuje sen jako celek. Smysl toho snu je v něm přímo, proto daseinsanalytici nesouhlasí se symboly, které využívá psychoanalýza. Smysl je ve snu přímo v tom, co se zjevuje. Ideálním výkladem snu je to, aby k porozumění snu došel snící člověk sám (Čálek, 2016). To se netýká jen výkladu snu, ale i daseinsanalýzy obecně. Daseinsanalýza dává člověku svobodu a neomezuje ho. To mu dává možnost, aby vše poznal sám a sám si zpřítomnil i svoji autentickou existenci. Terapeut se snaží být v rovnováze mezi povrchovou a hloubkovou stránkou a v této přiměřenosti léčit či docílit seberozvoje jedince.



## Závěr

Cílem mé práce bylo daseinsanalýzu představit v jejích souvislostech s odkazem na filosofické počátky až k problematice péče o duši. Téma jsem doplnila o psychoanalytické kořeny, ze kterých pramení daseinsanalýza. Zásadní problematickou otázkou bylo, zda dokáže být daseinsanalýza v rovnováze mezi povrchností a hlubokostí a jaké jsou její přednosti a meze.

Představila jsem problematiku péče o duši z filosofického hlediska a nastínila ji i jako psychoterapeutický problém. Věnovala jsem se fenomenologii a filosofii M. Heideggera, kterou jsem více rozepsala a zakomponovala do souvislostí praktikované daseinsanalýzy.

Daseinsanalýza jako psychoterapeutický směr může být využitelná pro léčbu pacientů. Nabízí jedinečný přístup k člověku, ve kterém se ho nesnaží redukovat a ani nerozkrývat mimo jeho svět. Její propojení s filosofií ji prohlubuje a dává jí jiný rozměr. Na rozdíl od jiných psychoterapeutických směrů se daseinsanalýza snaží nechávat člověku možnost, dojít si k věci sám, přičemž terapeut jej pouze doprovází a snaží se o vytváření autenticity. Tu zakládá na vzájemné důvěře, porozumění a otevřenosti. Tím se stává psychoterapie neopakovatelnou možností.

Nevýhodou může být v tomto druhu psychoterapie, když terapeut pracuje jen se zkušenostmi a neorientuje se v její teorii. Může pak totiž přehlédnout klíčové fenomény, které se v terapii vyskytnou. Craig (2019) říká, že terapeuti opouštějí daseinsanalýzu, protože se pro ně může stát nesrozumitelná. To souvisí s tím, co již zaznělo v této práci – daseinsanalýza je zejména metoda a nepřináší konkrétní postup.

Daseinsanalýzu jako akreditovaný psychoterapeutický výcvik vnímám uvízlou na bodu nezdaru, pokud nedojde ke změně. To potvrzuje Craig (2015), který říká, že zůstala v minulosti a od té doby se moc nerozvíjí. S tím souvisí právě pohled na otce zakladatele, kteří mají archetypální roli, a to může směr omezovat – jako tomu bylo v psychoanalýze. Pro některé může být řešením skutečnost, aby daseinsanalýza opustila psychoanalýzu a začala se více věnovat výzkumům, na kterých by založila serióznost svého směru.

Daseinsanalýza by se neměla tolik soustředit na kritiku psychoanalýzy a ponechat si to užitečné.

Tento problém serióznosti přes výzkumy řešila daseinsanalýza už na počátku. Důkazem toho je Boss (1989b): „*Avšak nemožnost vědecky objektivního určení, tj. měření, výsledku psychoterapie, neubírá nic na významu tohoto hodnocení. Pochopení této věci vyžaduje pouze získat vhled, že přírodovědecká objektivita nemůže nikdy znamenat nic jiného, než zaujmout k věci takový přístup, který je pro všechny lidi schůdný jedním a týmž, přesně stejným způsobem. Vědecká objektivita se pak ale stává druhem „úsudku většiny“.* Takové řešení však nemůže stačit pro odkrytí plné pravdy o tom, co je touto cestou spatřeno.“. Boss věřil, že tento postup nebude představovat problém, protože zastával názor, že výzkumy nepřevzou hlavní úlohu. To se mýlil. M. Boss, jako otec zakladatel, je přesně ten muž, od kterého by dnešní daseinsanalýza měla odejít – tedy přijmout minulost, ale nesetrvávat v ní.

Pokud k tomu nedojde, stane se daseinsanalýza směrem spíše pro osobnostní růst než pro nemocné pacienty. Nebude využívána v psychopatologii, ale v běžném životě a tím možná nebude ani známá mezi odborníky, ale spíše mezi „laiky“. Jejím neodborným vykládáním se může stát nebezpečnou pro člověka tím, že ho může indoktrinovat v jeho vnímání světa a prožívání. To už ale nevnímám jako oblast psychoterapie, ale cíleného ovlivňování lidského života podle svého přání.

Má-li být psychoterapie přirozená, je nutné, aby vycházela z filosofie. Jeden z mála lékařů, který toto pochopil a zastával, byl Frankl. Sám filosofii zavedl do své logoterapie a tvrdil (2021), že psychoterapeut nenutí své hodnoty pacientovi a toleruje jeho osobnost a prožívání. Spoléhá se na pacientovo vlastní svědomí a probouzí ho ke stejnému počínu. Daseinsanalýza není jediným filosoficko-psychoterapeutickým přístupem, ale rozhodně patří k prvním, který znovu zapojil filosofii do medicíny a psychoterapie. To je veliký přínos daseinsanalýzy a nyní záleží, jak se postaví k požadavkům, které na ní jsou vyvíjeny. I přes veškerou kritiku si myslím, že daseinsanalýza je směr, který může být užitečný a smysluplný pro určitou skupinu lidí.

Dokáže být daseinsanalýza v rovnováze mezi povrchností a hloubkostí? Existuje zde rovnováha mezi potřebami klienta a potřebami terapeuta? Kde je ona rovnováha? Zásadním je, že klient ani terapeut nesmí tlačit a nechat svobodu být takovou, jaká se ukazuje. To

znamená vše brát tak, jak je, ale zároveň k tomu nepřístupovat tak, aby se to obrátilo v negativní/pasivní postoj klienta. Koneckonců - co léčí v daseinsanalýze? Je to samotné bytí, kde se člověk dostává k počátkům a ty se právě rodí z napětí bytostného tázání. V tom je otázka, nakolik má být terapeut tvrdý vůči klientovi. Příliš volnosti nebo naopak rozhodnosti může vztah narušit. Terapeut by ze svého bytí měl být schopen rozeznat, kdy má, jak jednat.

Daseinsanalytik má rozumět existenciálům, aby mohl zahlédnout fenomény, které se ukazují. Ovládá hermeneutickou a fenomenologickou metodu a díky tomu rozumí výkladu a poznání a dokáže ho zaměřit podle potřeb klienta. Je schopen analyzovat bytí a rozumí existenciálním pojmům jako je vina či úzkost, které jsou pro daseinsanalýzu zásadní.

Mlčení je dalším tématem rovnováhy v daseinsanalyticé psychoterapii. Ticho léčí, představuje pro nás možnost zaslechnutí rodičích se bytostných otázek, ale může být také traumatizující pro klienta, a proto musí být v ideální rovnováze.

Vzájemné spolubytí je to, na co se terapeut musí naladit s klientem, a co skrze něj přebírá od klienta. I když terapeut jen doprovází, může být na klienta tvrdší a tlačit ho do toho, co on shledává správným. To nemusí být jen negativní, ale terapeut musí rozeznat, kdy to tak má být. Daseinsanalýza v teoretické oblasti na to neodpovídá, a tak je zřejmé, že se daseinsanalytikům často stává, že jsou tvrdší a sdělují klientům, jak to mají bez ponechání jejich svobody.

Daseinsanalýza je pro mě *umění nechat být*. Je to porozumění sobě samému, možnost dokázat zaslechnout bytostné otázky skrze svoji vinu a úzkost a prožít tak své bytí takové, jaké je. Zároveň to znamená být schopen uvědomovat si, že jsem vždy ve vztahu s jinými, že jsme ve spolubytí a tyto vztahy jsou pro nás zásadní, jedinečné a neopakovatelné. Daseinsanalýza nám umožňuje své bytí nechat takovým, jakým je, a díky tomu dojít k vyléčení či sebepoznání.

## Seznam použitých informačních zdrojů

Adler, A. (2020). *Smysl života*. Portál.

APA (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th Ed.). Washington, DC: American Psychological Association.

Biemel, W. (1995). *Martin Heidegger*. Mladá fronta.

Binswanger, L. (1963). *Being-in-the-world: selected papers*. Basic Books.

Blecha, I. (2015), Patočková péče o duši mezi Sókratem, Platónem a Aristotelem. In: *Filozofia*, 70(6), 409–419.

Boss, M., In: Balcar, K. (1989a). *Racionálně-emoční terapie Alberta Ellise ; Logoterapie a existenciální analýza Viktora E. Frankla*. Kabinet psychoterapie.

Boss, M., In: Balcar, K. (1989b). *Racionálně-emoční terapie Alberta Ellise ; Logoterapie a existenciální analýza Viktora E. Frankla*. Kabinet psychoterapie.

Boss, M. (1994). *Včera v noci se mi zdálo*. Grada.

Buber, M. (2016). *Já a ty*. Portál.

Cajthaml, M. (2010). *Evropa a péče o duši: Patočkovovo pojetí duchovních základů Evropy*. OIKOYMENH.

Condrau, G. (1998). *Sigmund Freud & Martin Heidegger: daseinsanalytická teorie neuróz a psychoterapie*. Triton.

Craig, E., In: Craig, E., Laengle, du Plock, S., Schneider, K. J., Tantam, D., A., & van Deurzen, E. (2019). *The Wiley World Handbook of Existential Therapy*. John Wiley & Sons, Incorporated.

Čálek, O. (2005). *Skupinová daseinsanalýza: [možnost být sebou]*. Triton.

Čálek, O., In: Kořa, J. (Ed.). (2009). *Dobro, zlo a řeč v psychoterapii: kolektivní monografie Pražské vysoké školy psychosociálních studií: Psychoterapie VII*. Triton.

Čálek, O., In: Daseinsanalytická skupinová a komunitní terapie In: Růžička, J. (Ed.). (2011). *Komunitní a skupinová psychoterapie v české perspektivě*. Triton.

- Čálek, O., In: Čálek, O., & Růžička, J. (2016). *Výklad snů daseinsanalytickou metodou*. Triton.
- Dubský, I. (1997). *Ve věci Heidegger: problém Heideggerovy biografie*. OIKOYMENH.
- Drapela, V. J., & Balcar, K. (2011). *Přehled teorií osobnosti* (Vydání šesté). Portál.
- Frankl, V. E. (2021). *Léčba smyslem: základy a aplikace logoterapie*. Portál.
- Fichtner, G. (Ed.). (2003). *The Sigmund Freud-Ludwig Binswanger correspondence 1908-1938*. Other Press.
- Fryer, D. (2021). *Racionálně-emoční terapie: překonejte myšlenkové pasti*. Portál.
- Groth, M. (2015). Medard Boss's daseinsanalysis of Martin Heidegger. Reflections and a conjecture on an unexplored aspect of the Zollikon seminars. *Existential analysis*, 26(2), 270.
- Harari, Y. N. (2018). *Sapiens: stručné dějiny lidstva*. LEDA.
- Heidegger, M. (1994). *Basic Writings: From Being and Time 1927 to the Task of Thinking 1964*. Routledge.
- Heidegger, M. (2001). *Zollikon seminars: protocols, conversations, letters*. Northwestern University Press.
- Heidegger, M. (2018). *Bytí a čas* (3. opravené vydání). OIKOYMENH.
- Horák, L., In: Růžička, J. (Ed.). (2011). *Komunitní a skupinová psychoterapie v české perspektivě*. Triton.
- Hunt, M. M. (2015). *Dějiny psychologie* (Vydání čtvrté). Portál.
- Husserl, E. (1972). *Krize evropských věd a transcendentální fenomenologie: úvod do fenomenologické filozofie*. Academia, nakladatelství Československé akademie věd.
- Husserl, E. (2001). *Idea fenomenologie: a dva texty Jana Patočky k problému fenomenologie*. Oikoymenh.
- Husserl, E. (2004). *Ideje k čisté fenomenologii a fenomenologické filosofii I*. OIKOYMENH.
- Joseph, S. (2017). *Co nás nezabije...: možnosti posttraumatického růstu*. Portál.

Kouba, P. (2006). *Fenomén duševní poruchy: perspektivy Heideggerova myšlení v oblasti psychopatologie*. OIKOYMENH.

Kratochvíl, S. (2017). *Základy psychoterapie* (7. vydání). Portál.

Králičková, T., In: Kořa, J. (Ed.). (2009). *Dobro, zlo a řeč v psychoterapii: kolektivní monografie Pražské vysoké školy psychosociálních studií: Psychoterapie VII*. Triton.

Michálek, J. (1996). *Topologie výchovy: (místo výchovy v životě člověka)*. Oikoymenh.

Oliverio, S. (2020). Beyond Learning: Back to the Care of the Soul? Socrates, Patočka, and the “Worldward” Movement of Education. *Philisophy of Education*, 260-272.

Patočka, J. (1992). *Přirozený svět jako filosofický problém* (Vydání třetí). Československý spisovatel.

Patočka, J. (1996). *Péče o duši: soubor statí a přednášek o postavení člověka ve světě a v dějinách (I, Stati z let 1929-1952, nevydané texty z padesátých let)*. OIKOYMENH.

Patočka, J. (1999). *Péče o duši: soubor statí a přednášek o postavení člověka ve světě a v dějinách (II, Stati z let 1970-1977, nevydané texty a přednášky ze sedmdesátých let)*. OIKOYMENH.

Patočka, J., In: Husserl, E. (2001). *Idea fenomenologie: a dva texty Jana Patočky k problému fenomenologie*. Oikoymenh.

Patočka, J. (2002). *Péče o duši: soubor statí a přednášek o postavení člověka ve světě a v dějinách (III, Kacířské eseje o filosofii dějin.)*. Oikoymenh.

Patočka, J. (2012). *Platónova péče o duši a spravedlivý stát: ze záznamů přednášek proslovených ve školním roce 1971/72 na Filosofické fakultě University Karlovy*. OIKOYMENH.

Platón. (2017). *Ústava* (Šesté, opravené vydání). OIKOYMENH.

Ritter, M. (2017). Patočka's Care of the Soul Reconsidered: Performing the Soul Through Movement. *Human Studies*, 40(2), 233–247.

Růžička, J., In: Růžička, J. (Ed.). (2011a). *Komunitní a skupinová psychoterapie v české perspektivě*. Triton.

Růžička, J., In: Růžička, J. (Ed.). (2011b). *Komunitní a skupinová psychoterapie v české perspektivě*. Triton.

Růžička, J., In: Čálek, O., & Růžička, J. (2016). *Výklad snů daseinsanalytickou metodou*. Triton.

Tippelt, H. (2015). *Výklad afektů: k filosofickým otázkám psychologické práce s nevědomím*. Filozofická fakulta Univerzity Jana Evangelisty Purkyně v Ústí n. Labem.

Schwartz, J. (2003). *Dějiny psychoanalýzy*. Triton.

Šíp, R. (2020). *Proč školství a jeho aktéři selhávají: kognitivní krajiny a nacionalismus*. Masarykova univerzita.

Weissweiler, E. (2008). *Freudové: biografie jedné rodiny*. H & H.